第三思潮：马斯洛心理学

弗兰克·戈布尔著

当代学术思潮译丛

当今世界正在经历着深刻而巨大的变化，科学技术的发展日新月异，标志着人类认识和揭示自然奥秘的飞跃和深化。在科学技术飞跃发展的冲击下，在当代世界的哲学社会科学领域内崛起了一大批崭新的学科、思潮和观点，以期解决世界問

会主义，就必然要放眼世界，引进和借鉴当代世界的先进文化成果。

《当代学术思潮译丛》就是立足中国，立足当代，精选当今世界哲学、社会科学领域内出现的具有代表性的有重大影响的新学科、新思潮、新观点

未来实践中面临的挑战和问题。世界是属于中国的，中国也是属于世界的。我们正在建设具有中国特色的现代化的社会……的名著，及时向国内学者及广大读者提供国外思想文化、学术的新成果，为我国的社会主义精神文明建设服务。

责任编辑　王德峰
装帧设计　陶雪华

当代学术思潮译丛

- 普利高津等著／从混沌到有序
- 拉兹洛著／系统、结构和经验
- 戈布尔著／第三思潮：马斯洛心理学
- 霍夫金等著／脑：一种新的世界观
- 霍克斯著／结构主义和符号学
- 阿尔蒙德等著／比较政治学：体系、过程和政策
- 达尔著／现代政治分析
- 巴勒克拉夫著／当代史学主要趋势
- 罗伯茨著／供应学派革命
- 麦奎尔等著／大众传播模式论

第三思潮：

马斯洛心理学

著　者/[美]弗兰克·戈布尔
译　者/吕　明　陈红雯

上海译文出版社

Frank Goble

THE THIRD FORCE

The Psychology of Abraham Maslow

Washington Square Press, 1970

根据美国华盛顿广场出版社 1970 年版译出

第 三 思 潮

——马斯洛心理学

〔美〕弗兰克·戈布尔 著

吕 明 陈红雯 译

上海译文出版社出版、发行

上海延安中路 955 弄 14 号

全国新华书店经销

上海新华印刷厂印刷

开本 850×1156 1/32 印张 5.875 插页 2 字数 142,000

1987 年 2 月第 1 版 1987 年 2 月第 1 次印刷

印数：000,001—150,000 册

书号：2188·42 定价：1.85元

译者的话

从本世纪五十年代以亚伯拉罕·马斯洛为首的一批心理学家率先创立人本主义心理学起，至今已三十年过去了。如今，亚伯拉罕·马斯洛（1908—1970年）已成了美国最有影响的一位心理学家，他的心理学也已形成心理学史上的“第三思潮”，正猛烈地冲击着当代西方心理学的理论体系。《纽约时报》曾评论说：“第三思潮”是人类了解自身过程中的又一块里程碑。

马斯洛的心理学之被称为“第三思潮”，是相对于在它之前的两大思潮——弗洛伊德的精神分析学（第一思潮）和华生的行为主义（第二思潮）——而言的。第三思潮无论是在思想内容、研究方法和研究对象上，还是在心理治疗方法上，都是对弗洛伊德学说和行为主义理论的突破和扬弃。虽然马斯洛本人当时并无意独树一帜，建立一种全新的心理学体系，但我们可以看出，他的心理学在许多方面都与前两大思潮分道扬镳。美国学术界的一些人甚至认为，到下一世纪，马斯洛将取代弗洛伊德、华生而成为心理学界最有影响的先驱人物。

自从冯特开了现代心理学的先河之后，[illegible]心理学理论如雨后春笋，流派纷呈。但到[illegible]

B－84
1－3

年马斯洛出版《动机与个性》一书时，已有两大主要的心理学学派在西方心理学领域里占据了主要地位，那就是弗洛伊德学派与行为主义学派。毫无疑问，这两大学派都为心理学的发展作出了重要贡献，使人类在探索自我的道路上大大地迈进了一步。然而近年来人们越来越注意到这两种学说的局限性，而人本主义心理学家们更是向这两种学说的基本原理提出了有力的挑战。

弗洛伊德心理学体系的一个最基本的特征，就是它的各种思想与弗洛伊德本人的临床实践有着密切联系。弗洛伊德的材料多半来自临床案例，特别是他对精神病患者和心理变态者的研究。马斯洛对此始终持高度的批评态度：

"如果一个人只潜心研究精神错乱者、神经病患者、心理变态者、罪犯、越轨者和精神脆弱者，那么他对人类的信心势必越来越小，他会变得越来越'现实'，尺度越放越低，对人的指望也越来越小……因此对畸形的、发育不全的、不成熟的和不健康的人进行研究，就只能产生畸形的心理学和哲学。这一点已经是日益明显了。一个更普遍的心理科学应该建立在对自我实现的人的研究上。"

马斯洛既反对把心理学研究完全建立在对精

神病患者和心理病态的人的研究上，而且也反对把心理学建立在对动物行为的研究上的做法。行为主义学说的一个基本原理就是，人是由低等动物偶然进化而来的。当代行为主义学派的领导人B. F.斯金纳就说过："我所能观察到的老鼠的行为与人的行为之间的唯一区别（除了在复杂程度上的巨大区别之外），只在言语行为方面。"马斯洛一针见血地指出，行为主义者关于人只有遗传的生理冲动的结论可能来源于这一事实，即行为主义学派的大多数研究都是在老鼠身上进行的，而老鼠除了生理动机之外显然很少有别的什么动机了。人并不是更大一些的白鼠、猴子或鸽子，既然动物有其独特的天性，人类也应有自己的特点。研究精神病患者是有价值的，但是不够的；研究动物是有价值的，但也是不够的。而如果象行为主义者那样仅仅研究"一般的人"(average men)，那么心理学家也永远不会认识人类的真正特点和潜力。马斯洛用了一个比喻来说明他的观点：如果你想知道一个人一英里能跑多快，你不会去研究一般的跑步者，你研究的是更出色的跑步者，因为只有这样的人才能使你知道人在更快地跑完一英里上所具有的潜力。因此马斯洛提出心理学家应该研

究人类中的出类拔萃之辈——用他的话来说，就是“不断发展的那一部分”。

马斯洛认为，无论是行为主义学说还是弗洛伊德学说都带有一层心理宿命论的色彩。对行为主义学家来说，人只是文化的产物，是他所处的那个环境的牺牲品，环境决定着他的行为。他们往往机械地、简单化地把“S–R（刺激–反应）过程”作为对人的行为的主要解释，甚至把心理活动整个地降低到化学和物理的层次上去。而在弗洛伊德看来，潜意识的冲动和本能是强有力的、无法控制和校正的；我们并没有生活，而是无数未知的和无法控制的力量使我们生活着。与这两派相反，马斯洛强调的是人的主观活动，并指出，行为主义学家把任何带有主观色彩的词汇都从心理学中剔除出去的做法是十分褊狭的。驱动人类的的确是若干始终不变的、遗传的和本能的基本需要，但这些需要不仅是生理的，同时也是心理的。当人的生理需要得到基本满足后，其它更高一级的需要就出现了，而且后者是起着主导作用的。

因此，马斯洛第一次把“自我实现的人”和“人类潜力”的概念引入了心理学的范畴。自我实现的人是人类中的最好典范，是“不断发展的一小部

分”。他们精神健全，能充分开拓并运用自己的天赋、能力、潜力。他们也有本能需要，但他们在充分享受这些需要的满足的同时，并没有成为这些需要的俘虏。马斯洛在对他所认为是优秀个人的思想、行为和精神状态进行大量的研究和记录之后，声称人类有着精神健康方面的共同特点。

马斯洛心理学不仅充满了对人类的精神健康和发展的坚定信念，而且也充满了对人与人之间的爱的信心。强调人类之爱是马斯洛心理学的又一特征。

弗洛伊德认为，仇恨深藏于人与人之间所有友爱关系的背后，对一个对象的恨比对它的爱要古老得多，因此没有比爱邻人如同爱自己这一要求与人的天性更背道而驰的了。马斯洛明确反对这种观点。马斯洛认为爱是一种健康的、感情的关系，是双方深深的理解和接受。对婴儿的实验表明，生活早期失去慈爱和感情会导致严重的心理问题。患者早期生活中缺乏爱是许多严重的精神病例的原因。这就表明爱是人类的本能，我们需要爱就象我们需要碘和维生素C一样。

几乎所有的现代科学都有意无意地奉行这样一种信念：即人的认识愈客观、准确、科学，就愈远

离道德或价值观。对当代许多科学家来说，价值观与科学是互相排斥的。行为主义者就始终力图把人类行为纳入牛顿的机械论模式中，并用被曲解了的巴甫洛夫的科学方法来研究人类心理。因此，道德、伦理和价值这些带有主观色彩的概念自然就被排斥在行为主义体系之外了。行为主义学说的一个基本推断是：道德是没有科学根据的；一切更高级的需要和行为形式都是后天获得的，既无遗传基础也无科学依据。

弗洛伊德也认为道德和善行是非自然的。本我（id）是不知价值和善恶标准的，这些标准只是文明社会用以抵制人类侵略本性的手段之一。

马斯洛第三思潮理论的最独特之处，也许就在于它一反当代科学的时尚，旗帜鲜明地指出人类具有共同的价值观和道德标准，而且他认为这些准则有着科学的依据，它们可以通过对人类中的优秀代表的研究来找到。马斯洛认为，我们不仅不该撇开价值观来研究人类，而且应该把价值观作为行为科学的精髓。奉行道德和文化相对论的心理学家往往没有抓住我们社会的实质性问题。马斯洛在对北美印第安人的一个部落进行研究之后，提出人类具有基本的、潜在的而且是跨

文化的价值标准。真、善、美、正义以及欢乐等等都是人类的内在本性，是人类生理特性的一个组成部分；它们是本能的，而不是后天获得的。这样的观点具有不可忽视的重要性，因为它包含着这样一个思想：人类有一个终极价值，一个全人类可以努力争取的远大目标。这种思想使马斯洛的第三思潮理论不仅与弗洛伊德学派、行为主义学派，而且与包括存在主义在内的许多当代哲学思潮针锋相对、泾渭分明。

对于人的认识的根本差异也使第三思潮心理学的精神治疗方法与弗洛伊德的精神治疗法迥然不同。由于弗洛伊德的心理学是以对精神病患者的研究为基础的，他的精神治疗的重点自然就在精神失调的患者身上。然而马斯洛却认为，即使是相对健康的人也可以从精神治疗中得到益处，因为这有助于健康的人更进一步了解自己，使自己的日常生活更为有效。他设想，如果把更多的时间和精力用在健康人而不是严重的患者身上，就将更好地造福于人类。在他的倡导下，美国全国各地涌现出了一大批精神发展中心。所有这些中心都是旨在帮助健康的人进一步改善自己的生活，从而走上自我实现的道路。

精神分析学家往往坚持认为，要改变患者的病态心理，就必需探索患者的历史，因为心理问题在人的潜意识中是根深蒂固的。马斯洛向这种方法提出了挑战，他更注重患者的现在和未来。他还认为，除了有一个不健康的无意识外，还有一个健康的无意识，而精神治疗医生的责任就是展现并发扬这个健康的无意识。

马斯洛心理学不仅有重要的理论意义，而且还日益广泛地被运用到教育、医疗、防止犯罪和吸毒行为以及企业管理等实践领域。由于人所周知的历史原因，我国的心理学研究曾一度停滞不前，处于封闭状态；即使介绍西方心理学如弗洛伊德学派和行为主义学派的理论也只是近年来的事。因此，要全面了解当代西方心理学的新潮流，向国内学术界和读书界介绍本书是很有必要的。

* * * *

本书由马斯洛的五部主要著作和百余篇论文浓缩而成，对第三思潮中的其他重要的心理学家的思想也有介绍和详述。本书深入浅出，适合专业读者和一般读者阅读。

中译本第一章至第十章由陈红雯翻译，第十

一章至第十七章由吕明翻译。

1986 年 9 月 26 日

当代学术思潮译丛

编辑委员会

主　编/汤永宽
副主编/陈　昕　杨鲁军
编　委/（以姓氏笔划为序）
王沪宁　王晴佳
汤永宽　张汝伦
陈　昕　陈琦伟
杨鲁军　汪耀进
武　伟

内容简介

美国著名心理学家亚伯拉罕·马斯洛的人本主义心理学是美国近年来崛起的新的心理学派，冲击着当代西方的心理学体系，形成了心理学中的"第三思潮"。马斯洛的学说与弗洛伊德学派和行为主义学派分道扬镳，既反对弗洛伊德学派仅以病态的人作为研究对象，把人看作本能的牺牲品；也反对行为主义学派把人看作物理的、化学的客体。西方评论界认为，马斯洛心理学是人类了解自己过程中的又一块里程碑。本书集马斯洛思想之大成，深入浅出地阐述了马斯洛关于人的基本需要、发展需要、潜力和自我实现的思想；这些思想从心理学上巩固了对人性的信念，强调了人的尊严。本书犹如一面镜子，准确地反映了当代心理学的这一新思潮。

译者简介

吕明，男，1958年生，获复旦大学英美文学与国际新闻双学士学位，现在复旦大学新闻系任教。1984至1985年曾就读于美国夏威夷大学和东西方文化中心，并应邀在联合国新闻署与《纽约时报》短期工作。

陈红雯，女，1964年生，1984年毕业于复旦大学英美文学系。现在浙江大学语言系任教，同时参加制作并主演英语教学电视片。

目次

1 历史的回顾…………………………………… 1
2 第三思潮…………………………………… 9
3 关于自我实现的研究……………………23
4 基本需要理论……………………………39
5 人的潜力……………………………………58
6 心理发展……………………………………64
7 第三思潮的教育…………………………71
8 精神疾病……………………………………79
9 心理治疗……………………………………90
10 价值观………………………………………99
11 尤赛琴管理……………………………… 104
12 第三思潮与社会变革………………… 112
13 协和社会………………………………… 119
14 精神健康………………………………… 124
15 犯罪、违法和毒瘾…………………… 152
16 教育和个人潜力……………………… 166
17 工商业…………………………………… 189

1 历史的回顾

在十九世纪以前，对人类行为的研究几乎完全是神学家与哲学家的事情。只是在伽利略、牛顿及他们之后的科学家的发现的推动下，对人及其行为的关心才逐渐从神学家那里转到了科学家那里。威廉·冯特(1832—1920)被人们普遍誉为科学心理学的鼻祖。他发表了一本关于这门新科学的概括性的手册，并于1879年在德国莱比锡建立了第一所正式的心理学实验室。1881年他创办了第一本实验心理学杂志。

不久，心理学思想的其他学派相继出现了：威廉·詹姆斯在美国发展起了机能主义；格式塔心理学(Gestalt Psychology)在德国建立了起来；弗洛伊德心理学在维也纳发端；而约翰·B.华生又在美国开了行为主义的先河。

到了1954年马斯洛出版《动机与个性》(Motivation and Personality)一书时，已有两大主要学派在美国各大学占了统治地位。虽然各种零星的理论体系数不胜数，但大多数精神病专家、心理学家和行为科学家都可以把他们的思想追溯到西格蒙德·弗洛伊德或约翰·B.华生。

弗洛伊德学派

西格蒙德·弗洛伊德提出了近代史上关于人类行为的最广泛、最有影响的理论之一。美国心理学家协会前主席霍巴特·莫勒说："每一个在1950年以前成年的人都知道弗洛伊德的理论与实践的影响是多么广大，它不仅支配了心理治疗这一特定领域，而且还支配了教育、法理学、宗教、幼儿教育、艺术、文学和社会哲学。"

斯坦福大学社会学家理查德·拉·皮埃尔在1959年写道："它(弗洛伊德伦理学)成了美国知识界领袖们最为推崇的伦理学。"

弗洛伊德从1900年出版他的第一部主要著作《释梦》起就成了有争议的人物。他是一个先驱，一直潜心于解决精神病的各类问题。从某种程度上说，他的工作就是对于过分强调意志力与理性的人的一种反动。他是个多产作家，当获得新的经验材料时就改变自己的理论；但他的一些中心思想相对说来却始终没有变。他不仅抛弃了神学的思想方法，而且也摈弃了它的结论。对弗洛伊德来说，所谓宗教体验不过是孩子气的错觉而已。

弗洛伊德深受达尔文思想的熏陶，因而他的初始前提就是：人是偶然进化的产物。生命物质是通过宇宙力量对无机物的作用而产生与进化的。人是动物，也仅仅是动物而已。用他的话来说，"人在向文明发展的过程中，他在这个动物王国里获得了主宰他的伙伴的地位。然而他对这样的优越地位还不满足，便开始在自己的本质与其他动物的本质之间划下一

条鸿沟。他否认动物是有理智的，还封给自己一个永恒的灵魂，并且自称有一个神圣的祖先。这样，他就彻底斩断了自己与动物王国之间的脐带……我们都知道，半个世纪以前，查理·达尔文以及他的合作者和后人的研究结束了关于人类的这种假说。人既无异于动物，也不高于动物。他起源于动物界，只是与一些动物的关系近些，与另一些动物的关系远些。”

弗洛伊德一生都在企图把人的行为归结到化学与物理的范畴中去。他感兴趣的是精神错乱者，实验室和精神病人。尽管他的理论有着广泛的社会意义，但他对此毫无兴趣。他要人们注意无意识心灵及其对人的行为的影响；他把人脑看成一座冰山，冰山的尖顶是有意识的部分，这与没在水里的部分即无意识部分相比只是很少的一点儿。

人类基本的、遗传的、本能的冲动来自他的动物本源。这些冲动可以分成两大类：求生的与繁殖的生命本能，其中性的冲动最为重要。弗洛伊德的格言是：“一切生命的目标是死亡。”这些被他称为“本我”（id）的无意识的动物本能是强有力的，反社会的，非理性的。“这些本能使它（本我）充满能量，但它没有组织，没有统一意志，只有一种力图满足本能需要的冲动，它遵循唯乐原则。逻辑定律——尤其是矛盾律——无法解释本我的活动过程。相互矛盾的冲动同时并存……本我自然是不知道价值、善恶与道德的。”

弗洛伊德相信人始终处于与社会的冲突之中。有道德的人压制自己的冲动，而罪恶之人则享受这些冲动。他把精神分析学描述成一种“动力学的观念，这种观念把内心生活归结为彼此驱使和制约的力量的相互作用”。人的原始本能受到人为地强加在他身上的社会习俗和道德的制约。这种被弗洛伊

德称为超我(super-ego)的后天获得的责任假象，是由父母解释并强加给孩子的。本我与超我一直处于交战状态，作为结果而发生的行为则来自人的自我（ego)。自我是人的心灵的这样一部分：它联合本我与超我的力量来决定行动。

在《关于精神分析的新的通俗演讲》（New Introductory Lectures on Psychoanalysis)中，弗洛伊德谈到人与人之间的基本敌意。“文明只得动用每一种可能手段来竖起障碍，以对抗人的侵略本性……这样，人们得到了爱邻里如爱自己的训诫。事实上再也没有比这个要求与人的天性更背道而驰了。”

弗洛伊德还声称：“仇恨植根于人与人之间的一切友爱关系之中。对对象的恨比爱要古老。”

弗洛伊德认为人生的基本方向在幼年(五岁左右)就已定下，尽管它的确偶尔会有所变化，并能用精神分析，即弗洛伊德的治疗方法来改变。美德、善行与无私都是不自然的，但当一个人学会如何抑制本我或改变其方向时，这些行为也会出现。弗洛伊德称之为“升华”。精神病是由于一种超我或一种道德准则太不切合实际，使病人无力应付而产生的内心冲突的结果。

精神分析的通常程序是自由联想与释梦。病人松弛地坐在一张椅子上，医生则鼓励他把任何进入他头脑的东西以及他的梦都说出来。

弗洛伊德发现，只要有合适的条件，病人很快就会谈到对早期经历的回忆；把这些回忆与对病人的梦的理解加在一起，医生就能洞察到病人的人格，以及这种人格是如何发展而来的。通过减少犯罪感并发展一种改变受压抑的欲望的方向或使其升华的能力，病人将能战胜他的精神错乱。

今天，尚无另一种能为精神病学者广泛接受和运用的理

论，但很少有人还会原封不动地照搬弗洛伊德的教条了。

行为主义

与行为主义理论关系最为密切的那些研究，也许可以被称为行为科学中的"第二"思潮。这一概括性理论是由约翰·B.华生（1878—1958）于本世纪初创立的。华生是霍布金斯大学的心理学教授。他力图尽量客观地、科学地研究人。与弗洛伊德一样，他也试图用化学与物理术语来描述人类行为。

"行为主义"这个词现在通常指关于心理学、社会学和各门行为科学的一系列相关的理论，它不仅囊括了华生的研究，而且还囊括了爱德华·桑代克、克拉克·赫尔、约翰·多拉德、尼尔·米勒、B.F.斯金纳以及其他许多人的工作。这种思想方式的先驱是在物理科学领域里发展了科学方法的牛顿，以及提出人是从低级动物偶然进化而来的达尔文。

弗洛伊德的理论主要是从倾听他的病人陈述以及他对病人的心理病态的主观分析而来的，而行为主义者们则注重严格客观的"科学"方法。弗洛伊德还把主要动机的重点放在深层的内在冲动与驱策上，而行为主义者们则把主要动机的重点放在外在环境的影响上。他们的理论研究中毫无一丝主观色彩。华生说："行为主义者把诸如感觉、认识、意向、欲望、目的、甚至思想与感情等一切主观定义的词汇都从他的科学词典中剔除了出去。"

华生受俄国心理学家伊凡·巴甫洛夫的影响尤深。巴甫洛夫证明了他的狗听到音叉的声音时，即使没得到食物，也

会分泌唾液。这个现象被称为“条件反射”。

行为主义者特别强调联想或刺激-反应的学习过程，视其为对人类行为的主要解释。弗洛伊德强调人的内在冲动，而行为主义者重视“外在的”或环境的影响。两种理论泾渭分明。

华生说：“人格是人的活动的总和，它是可以通过对行为作长期可靠的观察而发现的。换言之，人格只是我们的习惯系统的最终产物而已。”

行为主义的一个基本设想是：道德是没有科学基础的。因而，它主张道德与文化的相对论。“行为主义者除了作为一个科学家之外，对他的（人的）道德毫无兴趣；实际上他对他是个什么样的人毫不在乎。”人是灵活的、可塑的，是他的环境的被动的牺牲品，他的环境决定了他的行为。

幼年时期是重要的时期——在这一点上，实际上心理学的所有学派都殊途同归。心理学家们从这一点出发，建议父母在孩子幼年时对他们保持一种宽容的、满足他们的、不苛求他们的态度，在喂食、清洁习惯、早期性教育以及控制愤怒与冒犯方面尤为如此。这一时期的任何压抑据信都会造成成年时的精神病态。

加德纳·林赛和卡尔文·霍尔——最近的两个合著者——在分析比较了关于人格的各种理论以后对以上的观点作了总结。他们是这样描述当代两位行为主义者的研究工作的：“多拉德与米勒认为多半是在婴儿与儿童时期形成的无意识冲突，为今后生活中发生的情感问题作好了铺垫。他们赞同精神分析学家的看法，认为人出生后最初六年的生活经历是成年后行为的至关重要的决定因素。我们务必认识到心理的病态冲突不仅是在孩提时代形成的，而且主要是由父母创

造的环境所造成的。”

二十世纪三十年代初，耶鲁大学人际关系学院试图把心理学、精神病学、社会学与人类学等学科协调起来。在行为主义的热情倡导者克拉克·赫尔的领导下，著名的行为科学家们云集这个学院。在赫尔的影响下，这个学院对整整一代年轻社会学家产生了强烈而又持久的影响。

弗劳得·W. 马特森在一本题为《破碎的形象》的关于思想史的有趣的著作中引用了华生的一段话："简而言之，行为主义者的口号是：'给我一个婴儿和我需要培养他成长的世界，我能使他匍伏、行走、攀登，使他用双手建造石块或木头的建筑物。我可以让他成为贼，歹徒，吸毒成瘾的人。向着任一方向塑造一个人的可能性几乎是无穷尽的。”

行为主义者们与弗洛伊德、达尔文如出一辙，把人仅仅视为一个动物种类，与其它动物无本质区别，都有着破坏性的、反社会的倾向。华生在他的《行为主义》(Behaviorism) 一书中写道："我们在当时(1912年)就象现在一样相信，人是一种动物，与其它动物的唯一区别在于他所表现出来的行为类型"，而且"野蛮的背景对我们大多数人的影响，其深广程度几乎是难以置信的"。

B. F. 斯金纳是哈佛大学的心理学家、当代行为主义传统的鼓吹者和领袖。他说过："我所能观察到的老鼠的行为与人的行为之间的唯一区别（除了在复杂程度上的巨大区别之外），只在言语行为方面。"由于相信人与动物的本质的相似性，由于方便，也为了保持客观性，行为主义心理学家们的研究工作很大部分是基于动物实验的。

伦理、道德和价值观都是联想学习的结果。是与非的唯

一真实的尺度是文明的保存。斯金纳认为："科学的分析会使我们考虑到生存的长期后果，从而抵制眼前的自由、公正、知识与幸福的哄骗(原文如此)……人是没有自由的这一假设是用科学方法研究人类行为的基本前提。"

弗洛伊德和其它精神病学家以及关心心理健康的心理学家的研究主要是基于临床观察，而行为主义者则注重事先仔细控制好的实验室实验。从本世纪初到现在，美国的心理学家、社会学家和其它学者做了大量实验，其目的主要就是提供科学的依据。卡尔文·霍尔教授与加德纳·林赛教授在1957年指出："把刺激-反应概念应用在实验室以外的行为事件中，多半还是最近二十五到三十年的事情。在这段时间里，科学家积累了大量有关的经验材料。特别是耶鲁大学与衣阿华大学，近年来又培养了一大批年轻有为的心理学家，他们具备了大大扩充这类经验证据所必需的技术能力和理论信念。近来，不仅这一领域中的经验材料迅速积累，而且还涌现了一大批致力于展开并修正我们已讨论过的那些概念的学者。"

马特森在1966年的一席话表明上述普遍的观点具有持久而重大的影响："一个可以被证实的真理是……行为主义的基本信条不仅在实验主义者的实验室里行得通，而且在其概念体系中也占有主要地位。而且，我们这么说也决不过分，即行为科学这一普遍运动的最激进的领导者们来自繁荣兴旺的行为心理学的倡导者。"再晚一些时候(1968年)，一个由掌握了英国、欧洲、印度、非洲、澳大利亚行为科学思潮的第一手资料的著名学者所组成的小组下结论说，这些地区的思想潮流已从弗洛伊德主义转向行为主义。(美国人类心理协会第六次年会，1968年8月27至29日，加利福尼亚州旧金山市。)

2 第三思潮

亚伯拉罕·马斯洛其人

孩提时代的马斯洛是布鲁克林郊区一个非犹太区里的唯一的犹太籍孩子。他曾说他有点象一个在清一色白人学校里念书的第一个黑人。考虑到他如今是心理学领域里最著名的人物之一，并很少受到其它持不同观点的心理学家的诋毁，很难想象他会这么陈述他的童年："我十分孤独不幸。我是在图书馆的书籍中长大的，几乎没有任何朋友。"

年轻的马斯洛逐渐成熟，开始欣赏起艾尔弗雷德·诺斯·怀特海、亨利·柏格森、托马斯·杰斐逊、亚伯拉罕·林肯、柏拉图和斯宾诺莎等先哲的著作。他把发现了威廉·格雷厄姆·萨姆纳的《民俗》说成是"我生活中的珠穆朗玛峰"。

然而，马斯洛并没有把早年生活全部用来面壁深造。相反，他也有实际生活的经验（毫无疑问，这是成熟后的马斯洛具有重实际的优点的部分理由）。他很早就开始工作——最初是送报纸。好几个夏季他都为一家家庭公司干活。他的兄

弟们现在碰巧还在经营这家公司。这家公司现在已经成了一个十分成功的大型木桶制造企业——通用容器公司。

马斯洛结婚很早——当时他才二十岁，新娘十九岁。他说："我的生命是在我结婚并前往华盛顿后才真正开始的。我发现了 J. B. 华生，这使我对行为主义着了迷。我因此而激动万分。"他在哈里·哈洛博士的指导下研究起猴子来。他还写了关于猴子的性特点与主导特征的博士论文。

然而，随着他日益增多地研读格式塔心理学和弗洛伊德心理学，他对行为主义的热情渐渐减退。当年轻的马斯洛夫妇有了自己的家庭后，马斯洛又有了个重要的发现。他写道："我们的第一个婴孩改变了我的心理学生涯，他[指婴孩]使我从前为之如痴如醉的行为主义显得十分愚蠢，我对这种学说再也无法忍受。它是不能成立的。"在一次由《当代心理学》杂志所进行的采访中，他对玛利·哈林顿·霍尔说道："当我看着这神秘的小东西时，我都有些糊涂了。那种神秘的、不能自主的感觉使我惊奇万分……我觉得任何有过孩子的人都不会成为行为主义者。"

到了三十年代，马斯洛又回到了纽约，任布鲁克林学院心理学教授。

当时的纽约市是一个十分特殊的地方——马斯洛称之为心理学的钟灵毓秀之地。他本人就在这里得到了最深刻的学术锻炼。他写道："我从未遇到弗洛伊德或荣格，但我却在阿德勒的家里见过阿德勒。他常在家中主持周五晚间研讨会，我曾与他多次交谈……我还找到了其他许多人，诸如埃里希·弗洛姆、卡伦·霍妮、路丝·本尼迪克特和马克斯·沃特海默等人。我可以有理由说我有过世界上最好的正式与非正

式的教师。那仅仅是因为我凑巧生活在纽约市，而当时欧洲思想家的精英正纷纷为逃离希特勒而云集于此。除古时的雅典以外，它是无与伦比的。这些人中的每一个我多少可说是熟识的。我在前言中提到的那些人是我交往最深、最为感激的。很难说他们当中的任何人比别人更重要。我只是向每个人、每个能教我的人学习……每个人都是我的老师。我不是戈尔茨坦主义者，也不是弗洛姆主义者或阿德勒主义者或其他什么，我从不参加任何狭隘的派别组织。我向所有的人学习，拒绝关闭任何门户。"

他还提到了其他许多对他产生重大影响的人，他们包括玛格丽特·米德、加德纳·墨菲、罗洛·梅、卡尔·罗杰斯、科特·戈尔茨坦、戈登·奥波特。他们都是这一新科学的领导人物。

1941 年 12 月 7 日*这一天改变了马斯洛的生活方向，就象它改变了其他无数人的生活方向一样。由于年龄太大，不能从戎，马斯洛决心贡献毕生精力去寻找一种关于人类行为的普遍理论，它将因为基于世界范围的事实根据而成为有用的理论，是一种"为和平会议桌所用的心理学"。他开始着手综合他研究过的许多观点。

"我想证明人类有能力完成比战争、偏见和仇恨更美好的东西。

"我要使科学开始考虑迄今为止一直不是科学家所处理的问题——如宗教、诗歌、价值观、哲学和艺术。"

马斯洛同加拿大阿尔伯它的北部黑足印第安部落共处的那段经历，也对他产生了深厚的影响。马斯洛在社会科学研究委员会的资助下，与这些印第安人一起生活了一个夏天。他

* 这一天，日军偷袭珍珠港；翌日，美国即对日本宣战。——译者

的人类文化学研究早就使他注意到在诸原始变化之间的敌意与摧毁性可以从百分之零一直到百分之百。虽然他也承认他的研究的规模还不够大，然而这些发现已使他意识到人类的侵略行为与其说是遗传所带来的，倒不如说是文化的结果。

这个部落的稳定人口有八百人，但马斯洛却发现在最近十五年内人们仅有五次拔拳相见。"我用了一切我所掌握的人类学与精神病学手段来寻找社会内部的敌意，但与我们的大社会相比这个社会内部的敌意是微乎其微的。"

马斯洛写道，在他进行研究的全过程中他从未遇到一次能被称为残酷或者是掩饰起来的侵犯行为。他观察到：孩子们绝少受到体罚；黑足印第安人蔑视白人，因为他们对孩子以及自己的同胞十分残酷。

《动机与个性》是马斯洛的第二部著作。自它出版后，他发表了大量报告、论文、演讲和专著来发展、详述与改进其最初的表述。

马斯洛在《通向一种关于存在的心理学》(Toward a Psychology of Being)修定本序言中写道："自从1962年此书发表后，心理学界已发生了很大变化。在绝大多数场合被称为人本主义心理学(Humanistic Psychology)的那种心理学已被牢固地建立起来，作为第三种合理选择和纯客观的……心理学而与正统的弗洛伊德主义相抗衡。有关这种心理学的各种文献正在迅速增加。更重要的是，它现在已开始被运用，特别是运用于教育、工业、宗教、组织与管理、治疗、自我改善等方面，并且其运用者包括各种其他的"尤赛琴"* 式的机构、杂志与

---

* "尤赛琴"(eupsychian)一词由希腊词根 eu-(好)与 psyche(灵魂)组成，意为有利于心理健康的。——译者

个人。”

“尤赛琴”是马斯洛为描写以人为目的的组织机构而造的一个词。他想回避被用滥了的“乌托邦”这个词，因为这个词有不切实际的含义。按照马斯洛的定义，“尤赛琴”指的是“由一千名自我实现者在一个与世隔绝的岛上，在没有外界干涉的情况下所倡导的文化…… ‘尤赛琴’一词也可以这样来理解，即它指的是‘向心理健康发展’……”

与其它理论的不同之处

马斯洛并不全盘否定弗洛伊德或华生及其他行为主义者，而是力图把他们两派的心理学中有用的、有意义的以及可运用于人类的部分加以正确评价，并以这些部分作为继续前进的起点。

他说：“我发现很难向别人表达清楚我对这两种普遍的心理学既尊重又不耐烦的心理。那么多人坚持认为不赞成弗洛伊德就是反对弗洛伊德，不赞成科学心理学就是反对科学心理学等等。我以为所有这些忠诚不渝的态度都是愚蠢的。我们的任务就是要把这些各种各样的真理汇集起来，使它们成为统一完整的真理。只有对这样一种真理，我们才应该是始终不渝的。”

马斯洛发现要治愈神经症和精神病患者，成功的心理学家和精神病学家都往往不得不背离最热门的理论。现存的理论解决不了人的问题，而且也不足以解释现存的事实。

马斯洛对弗洛伊德仅仅围绕着神经症和精神病患者来进

行研究持有严厉的批评态度，并且对弗洛伊德关于一切高尚行为都是由后天获得而非人类自然本性的论断，也十分不以为然。

马斯洛相信，一个人如果不理解精神健康，也就无法理解精神病态。然而不仅是弗洛伊德，而且汉密尔顿、霍布斯、叔本华等都是通过观察人类中的渣滓而不是精英而得出他们的结论的。科学家们对诸如幸福、欢乐、满意、宁静、满足、风趣、游戏、健康、欣喜与入迷等这些人类行为的积极方面视而不见，而且还忽视了仁慈、慷慨、友谊等好的秉性。科学研究的重点，被放到了人的缺陷上，而对人的力量和潜力却很少或根本不加考虑。

马斯洛指出："如果一个人只潜心研究精神错乱者、神经症患者、心理变态者、罪犯、越轨者和精神脆弱的人，那么他对人类的信心势必越来越小，他会变得越来越'现实'，尺度越放越低，对人的指望也越来越小……因此对畸形的、发育不全的、不成熟的和不健康的人进行研究，就只能产生畸形的心理学和哲学。这一点已经是日益明显了。一个更普遍的心理科学应该建筑在对自我实现的人的研究上。"

正是这样的观念使马斯洛的理论得以独辟蹊径。他研究了他能找到的最出色的人物之后总结说："目前正在发生一次人的形象的改变。这是从关于深入人们骨髓的人类本质的哲学开始的，其余一切便随之而来……人本主义的和第三思潮的人的形象明白无误地表明有史以来我们一直没有给人类本性以足够的评介；而这种人的形象的改变就其后果来说无疑是一场革命。它能够改变也将要改变世界以及世界上的一切事物。我处于这么一个历史关头，能作出一些贡献，并能与

罗杰斯、戈尔茨坦、奥波特这样的第三思潮思想家相处，感到十分荣幸。”

另一方面，行为主义者们则总是倾向于研究平常人，特别重视统计方式。他们研究的只是现实情况，而不是事情可能会是什么样或应该是什么样。金西博士对二十世纪性行为的研究就是运用统计数字来研究人类行为的绝好例子。正如马斯洛指出的那样，“从前百分之七十五的婴儿不足五岁就早早夭折是通常情形……于是我们会陷入这样的境地：我们会从描述的、没有价值观的科学角度出发，认为这种通常情形就是我们能指望的最好情形，因此应该心满意足了。”研究平常人会导致人们形成关于“适应得好”的人的概念，而不是发展得好的人的概念。

行为主义理论大多基于对于动物的研究，而马斯洛发现在人类行为与动物行为之间有极大不同，而且他对动物本能就一定是坏的这一点也持着怀疑态度。他认为我们即使接受了人是从动物发展而来因而与动物有相同的本能这一前提，那也不一定就意味着这些本能是坏的。我们能说对人类繁衍必不可少的性冲动就一定是坏的吗？我们能无视动物王国里好的行为与坏的行为一样多这一事实吗？动物中的破坏性的侵略行为可能还不如在人类中普遍。动物王国里决不乏合作的事例；事实上同一种类的合作与其说是例外，倒不如说是规律。

再说，如果我们认为人只是动物的一种高级进化形式，那么我们也必须认为与他关系最近的是猿。马斯洛通过对猿和猴的广泛研究，知道它们通常是友爱合作的，而不象弗洛伊德所描绘的那样小气、自私、侵犯成性。“弗洛伊德主义者认为

人类本能有着恶劣的动物性，因而他们必然会期待这种本能会再清楚不过地出现在疯子、神经症患者、罪犯、精神脆弱者或铤而走险者身上。从这一信念出发，人们自然会说良心、理性、伦理观念仅仅只是后天获得的假象，与被掩藏在下面的真实有着本质的不同。”……“达尔文的观点与这种观点如出一辙，以致他只看见动物界的竞争，而对于与竞争同样普遍的合作却视而不见。”

弗洛伊德主义者与行为主义者在强调人与动物界的连续性的同时，完全无视或否认使人类区别于其它动物种类的独一无二的特征。马斯洛问道，如果说各种动物都有区别于其它动物的独特本能，那么为什么人类也具有这种独特之处就是不合理的呢？“用动物来进行研究一开始就注定要忽视只有人类才有的那些能力，如殉道、自我牺牲、羞辱、爱情、幽默、艺术、美、良心、负疚、爱国、理想、诗情、哲学、音乐和科学。要认识人类与所有灵长类动物所共有的特征，那么动物心理学是十分必要的。可是，要研究人类所独具的或者使人类大大优于其他动物的特性（如潜在的学习过程），那么动物心理学就用不上了。”

行为主义者们不仅特别依赖动物来积累他们的经验材料，他们还尤其喜欢使用鸽子和老鼠。马斯洛对此十分不以为然，因为老鼠显然除了生理上的本能以外几乎没有别的本能。这一研究方法也导致了关于本能是强有力的、无法控制的和无法改造的这种假设。马斯洛在多年研究的基础上，指责这种观点过于狭隘：“然而尽管这种结论可以用于鲑鱼、青蛙和旅鼠，但却不能用于人类……”马斯洛认为用猴子而不是用白鼠做动机实验要可取得多，因为人与猴比人与鼠更接近一些。马

斯洛说道："各种行为主义学派似乎都冷酷无情地把人看成是被动无助的，几乎根本不能左右自己的命运。"

1920年以后，几乎所有的美国行为科学家都已把他们对人类行为的研究完全纳入这种"科学"的模式中去了。既然科学方法在解决物理学和技术问题上取得了辉煌成就，那么它在解决人类问题时也会同样成功——这就是他们的一个基本设想。行为科学家相信他必须把人当作一件物体——一件可被观察但不必被询问的物体——来加以研究。人的自我认识，他的感情、欲望、要求等主观材料都应该被剔除。弗洛伊德是如此醉心于人类行为中无意识的决定因素，以致对病人所陈述的关于他们的行为的理由几乎毫不注意。

马斯洛不同意这样的方法。他认为如果我们同时考虑主观因素与客观因素，我们就能更好地了解人类本性。实际上他的经验告诉他主观的方法往往更有成效，忽视了它，人类行为的很大一部分就变得没有意义了。马斯洛并未否认科学，他只是要求一种更开阔的认识方法。他认为心理学家对物理学家、化学家与数学家的意见已过分重视了，而对后者来说任何不能由精确的物理公式和数学公式来表达的东西就不能算是知识。

虽然马斯洛和第三思潮的其它一些心理学家不同意行为主义学派和弗洛伊德学派的理论，但他们发现科学心理学和弗洛伊德的技术还可以是有用的。条件反射确是一种学习的形式，而弗洛伊德躺椅上的自由联想也的确是一种交流思想的形式。马斯洛说："我认为机械论的科学（它在心理学上表现为行为主义）并非谬误，只是太狭隘，不能成为一个普遍的综合性的哲学。"在谈到弗洛伊德时，他说："弗洛伊德对人的

描述显然是不恰当的。他剔除了人的理想、可以实现的希望以及他身上所具有的上帝般的品质……他为我们提供了心理的病态的那一半，而我们现在则必须把健康的另一半补上去。”

弗洛伊德和其它本能主义者往往无视联想学习及刺激-反应行为这一现实，而行为主义者则一味否定本能，无论其是好是坏。如果人类行为象行为主义者所坚持的那样，只包括人体排除令人不安的紧张那样的防御性行为，那么人类怎么还可能变得更加聪明、优秀呢？如果生活只是为了逃避紧张，人怎么还可能怀有对生命的热望呢？也许因为行为主义者只强调对动物的研究，所以他们往往无视人们的希望、欢乐和乐观这样一些积极的动机。正如马斯洛所说的那样：“有相当数量的其他的理论上的、临床的和实验上的考虑都指向这同一个方向，即有必要重新估价本能理论，甚至有必要使它以这种或那种形式复活。这一切都支持了人们对于当前心理学家、社会学家和人类学家对人的可塑性、灵活性、适应性和学习能力的强调的某种怀疑。人类的自主自治能力似乎要比当代心理学理论所限定的大得多。”

在《科学的心理学》(The Psychology of Science)一书当中，马斯洛广泛而又深入地阐述了他原先对于把物理学模式作为行为科学之基础的那种做法的批判。他写道：“这本书否定了一种未曾经过检验的信条，即认为正统的科学是通向知识的唯一途径，或者说是唯一可靠的途径。我认为这种传统观点从哲学、历史学、心理学和社会学的角度来说，都是十分幼稚的。”

第三思潮的思想方法

研究精神病患者是有价值的，然而是不够的。研究动物是有价值的，然而也是不够的。研究一般人的情况则无法解决问题。要了解精神不健全的人，我们应该首先了解精神健全的人。

马斯洛建议把这一重要的新的知识来源引入心理学与精神病学中去。他偶然想到通过研究格外健全成熟的人——马斯洛把人类的这一部分称为“不断发展的少数”——人们对于人及其潜力能有更深的认识。这一方法的详细情况将在下一章里描述。

马斯洛认为一种综合性的行为理论必须既包括行为的内在的、固有的决定因素，又包括外在的、环境的决定因素。弗洛伊德学派只注重第一点，而行为主义者只注重第二点。这两种观点需要结合在一起。仅仅客观地研究人的行为是不够的，为求完整的认识，我们也必须研究人的主观。我们必须考虑人的感情、欲望、希求和理想，从而理解他们的行为。

行为科学家自身的性格特点对于他们理解行为的能力也是一个非常重要的因素。马斯洛博士提出了下列标准：科学家需要有安全感、自信以及健全的心理才能对他所研究的现实有一个良好的认识；科学家需要心胸开阔地去探讨问题，要以问题为中心而不是以自我为中心；行为科学家要有广泛的知识，过分的专业化并不能产生积极的效果。正如马斯洛指出的那样，最伟大、最成功的科学家一般都有广泛的兴趣。亚

里士多德、爱因斯坦、达·芬奇和托马斯·杰弗逊就是最突出的例子。

一个人类行为的成功的研究者需要更有哲理性、创造性、广泛的兴趣与直觉，这样才能"看到现实的全貌"，才能发现所有不同的学科都是紧密关联、相得益彰的，而不是孤立的、互不关联的专业。当强调的是手段、方法而不是结果时，社会科学家与其它真理探索者之间就往往会发生分歧。科学应该被看成是对真知灼见的追求，这种追求不应该仅仅由持有高度专业化的学位文凭的人来完成。正统的科学往往过分强调仪器、技术、程序、装置，而不是问题、疑难、作用和目标。于是，技术与"仪器操作者"的作用被夸大了，而问题、答案以及疑难的解决则被抛到了一边。以手段为中心的科学家常常使问题去适应技术，而不是让技术去适应问题。他们造出了一整套科学等级，其中物理学比生物学更"科学"，生物学比心理学更"科学"，而心理学又比社会学更"科学"。这样一来，人们就把各门科学隔离开来，并使它们之间壁垒森严。

其他科学家们也赞同马斯洛提出的用更开阔的、更综合的、多学科的方法来研究人的问题这一要求。丹麦著名科学哲学家P.海因说过："所有问题，一旦我们肢解了它们，砍掉我们想砍掉的部分使其适合我们任意定下的特定框框，那它们就会失去意义。你可以把一个问题的大部分砍掉，这样，剩下的部分就变得毫无意义了。要使一个问题有一定意义，你必须把人类全部知识同一切活动都考虑进去。"另一个例子是雅克·洛布。当人家问他到底是个神经学家、化学家、物理学家、心理学家还是哲学家时，他仅仅回答说："我解决问题。"

马斯洛引用了西纳农(Synanon)的例子来说明并不是只

有专业科学家才能解决人类问题。西纳农是一个由非专业人员创办的组织，在医治人的毒瘾方面比专业人员更为成功。马斯洛这样写道："西纳农一事使我们看到官僚科学是多么荒唐。根据官僚科学，一部分真理就不得不被说成是'非科学'的，而且只有由资格具全的清一色'真理收集者'通过传统方式与仪式获得的真理才是真正的真理……是不是只有外交家、博士、硕士、专业人员才能有聪明才智，才能明察万物，排难解纷呢？……诸多职业，是不是都要有一个大学学位作为前提，而不是要求真正的教育、知识、技巧、能力以及对职业的适合性呢？这么做是否明智？起不起作用？"

行为科学家不可能超脱价值观。强调"科学的技术"会促使心理学家们变得四平八稳而不是勇于探索，使科学家们自欺欺人地相信自己非常客观。他们的结论在伦理学上是不偏不倚的。这些科学家避开了诸如伦理、道德、是非、健全和病态等我们社会急于解答的重要问题。这样的心理学过分讲究实际，对愉快、玩笑、游戏、美、艺术、欢乐、爱情、幸福等重要方面都加以回避。马斯洛发现道德与精神问题也属于自然王国，是科学的一个组成部分，而不是另一个与自然王国相对立的王国。他指出，科学作为一种社会组织和人类事业，的确有目标、伦理、道德和目的，或者用最简单的话来说，它是有价值观的。

在对人类行为的研究中要求纯"科学"的答案是不正常的——在很多领域里科学研究的方法是软弱无力、甚至根本不可能的。在没有绝对精确的知识的情况下，我们必须利用现有的知识。马斯洛说："知识是一个程度的问题。增加一份知识或增加一份可靠性总比什么都不做要好……有人坚持说

'科学的'知识是，而且也必须是清晰的、明确无误的、不会引起误解的、能被证明的、会反复出现的、能被交流的、符合逻辑理性的、可诉诸语言的而且是精练的。如果没有这些特点，那它就是不'科学'的。然而对知识的最初阶段，对那些最终形式的雏形，对我们每个人内心都能体验到的最初征兆，我们又怎么说呢？把所有的'原始知识'都纳入知识的范畴，只要这种知识还有一定的正确性，那么这样做就是有用的、正确的。”

马斯洛对他称之为原子论方法的那种研究方法持批评态度。这种方法在物理学中十分普遍，它把事物分解成各个组成部分，然后再对这些组成部分作单独的研究。马斯洛认为应该把人作为一个整体、一个系统来研究。既然每个部分与其它部分都紧密相关，那么除非研究整体，否则答案将是片面的。大多数行为科学家都企图割裂出独立的驱动力、冲动和本能来，对它们作分别的研究。马斯洛发现这么做一般都不如总体论方法有效，后者认为整体要大于其各部分的总和。

3 关于自我实现的研究

马斯洛对精神健康的突出例子的研究，一开始并不是一项科学研究计划，而只是为了满足他自己的好奇心。他未曾料到这项研究会产生如此令人兴奋的结果。尽管研究不符合科学方法的要求，但它所产生的结果却是很重要的。正如马斯洛所说的那样："精神健康和精神疾病问题是如此紧迫，以致任何一点知识都是有益的。如果我们一定要等待按传统标准说来才算可靠的材料，那么我们可得等上一辈子了。"

马斯洛对自我实现的人的好奇心开始于大学时代。他当时非常希望去理解他崇敬之至的两位教授。他们是马斯洛获得博士学位并来纽约后的老师。他的好奇心使他开始研究究竟是什么促使这两位教育者如此卓尔不群。当他记录他们的情况时，他忽然想起可以把两人的个性加以比较，因为两人都有某种共同之处。这个发现使年轻的马斯洛十分振奋，他于是试图知道这一类人物是否在其它地方也能找到。他就是这样开始了对充分成熟的人的广泛研究。

他的研究对象都是从他的相识、朋友、在世的与去世的名人以及大学生中选出来的。马斯洛所研究的第一批年轻人是

两千名大学生，但在其中只发现了一个充分成熟的人。后来他决定在布兰代斯学院全体学生中，挑出百分之一的最健康的人。

自我实现这一定义仍然比较模糊。马斯洛大致把它描述成“对天赋、能力、潜力等等的充分开拓和利用。这样的人能够实现自已的愿望，对他们力所能及的事总是尽力去完成”。反过来说，自我实现就是没有心理问题、神经症或精神病的倾向。自我实现的人是人类最好的范例，是马斯洛后来称为“不断发展的一小部分人”的代表。

马斯洛抛弃了行为科学挑选一般对象进行研究的传统统计方法。他举了如下例子来说明他的方法：假如你想知道一个人一英里能跑多快或怎么才能跑得更快些，你不会去研究一般的跑步者。你研究的是跑得特别快的人，属于“不断发展的一小部分人”的那种人。只有这些人才能使你知道一个人更快地跑完一英里的潜力。但马斯洛发现他不能因为一个错误、缺点或陋习就把某些人排除出去。换句话说，他不能把完美无缺作为选择的基础，因为没有任何对象是完美无缺的。

另外，还有这么一个问题：要得到临床工作一般要求的全部信息几乎在任何情况下都是不可能的。可能的研究对象会变得局促不安，变得不自然，会对研究者的努力一笑置之，或者干脆中断研究过程。马斯洛的早期经验告诉他，对年长的对象只能间接地、悄悄地去研究，直截了当的方式只能用在年轻人身上。

在对仍然在世的人的研究中，不能把他们的名字公布，因而不可能满足通常科学工作的两个要求：可重复进行调查及公布结论由之而出的材料。通过对历史人物或著名人物的研

究，以及对情况能公布于众的年轻人和孩子们的补充研究，这一问题可以得到部分的解决。

马斯洛把他的研究分成三类："案例，不完全的案例，潜在的或可能的案例"。包括在第一类里的有亚伯拉罕·林肯、托马斯·杰斐逊、阿尔伯特·爱因斯坦、伊利诺·罗斯福、简·亚当斯、威廉·詹姆斯、斯宾诺莎、阿尔伯特·施威彻和阿尔德斯·赫胥黎。"不完全的案例"包括了五位当代人，他们虽然没有完全达到要求，但仍然可以作为研究对象。在潜在的或可能的案例这一类里，马斯洛选入了二十名朝着自我实现方向发展的年轻人，以及 G. W. 卡佛、欧仁·V. 戴布兹、托马斯·伊金斯、弗里兹·克莱斯勒、哥德、巴布洛·卡萨斯、马丁·布伯、达尼洛·多尔奇、亚瑟·E. 摩根、约翰·济慈、大卫·西尔伯特、亚瑟·威利、D. T. 苏祖基、阿德莱·斯蒂文森、肖隆·阿莱克恩、罗伯特·布朗宁、R. W. 爱默生、弗雷得里克·道格拉斯、约瑟夫·舒恩皮特、罗伯特·本奇雷、伊达·塔拜尔、哈丽特·塔伯曼、乔治·华盛顿、卡尔·穆恩辛格、约瑟夫·海顿、卡米尔·毕沙罗、爱德华·比布林、乔治·威廉·罗素、彼埃尔·雷诺、H. W. 朗费罗、彼德·克鲁泡特金、约翰·阿尔特加尔德、托马斯·莫尔、爱德华·贝拉米、本杰明·弗兰克林、约翰·穆尔、沃尔特·惠特曼。对这些人以及他们的习惯、特点、个性和能力的研究使马斯洛得出了精神健康的定义，并提出了人的动机的理论。这种研究方法为行为科学开辟了一个全新的领域。马斯洛说："通过对自我实现的人的研究，我们现在可以获得所有基本的见解，这些见解对哲学家来说是旧的，但对我们来说却是新的。"

自我实现的特点

马斯洛把他研究的杰出人物称为“自我实现”的人。他认为自我实现“只能出现在年龄大一些的人身上。它往往被视为事物的终极状态，被视为远大的目标，而不是一个活跃于一生的动态过程，它是一种存在，而不是一种演变”。

因“自我实现”的人通常都有六十岁或六十岁以上，所以大多数人都不属于自我实现的人；大多数人不是静态的，他们尚未达到这个境地，但他们正走向成熟。实现的过程意味着发展或发现真实的自我，发展现有的或潜在的能力。在后来的作品中，马斯洛提出，也许一个更能描述的词是“充分人性的”。并非所有多产、成功、天才的人都能被描述为心理健康的、成熟的或自我实现的。一些非常著名的人的心理并不健康，如拜伦、凡·高、瓦格纳等等。通过研究杰出的人，一些有关精神健康的各个方面的特点开始明确起来。下面将描述人类优秀代表的一些共同特点。

也许这些优秀人物中最普遍的共同特点，就是他们洞察生活的能力。他们能按照生活的真实面目看生活，而不是按照他们所希望的那样看生活。他们观察事物较少用感情，而是采取一种客观的态度。大多数人总是从别人那里听他们想要听的东西，即使听到的东西并不是充分真实的或诚实的。然而，自我实现中的人不会让他们的希望来歪曲他们的观察。就他们正确判断人和看穿假象的能力而言，他们远远超过了普通人。一般说来，他们对婚姻对象的选择，尽管并非无懈可

击，但总比普通人的选择要强。

正因为有出色的认识能力，自我实现的人总是更有决心，更有一个清醒的是非观。他们对未来更具有准确的预感。这些具有充分人性的人目光更为敏锐，判断更为准确。这个能力体现在生活中的很多领域，不但包括对人的理解，而且包括对艺术、音乐、政治与哲学的理解。自我实现的人能比常人更迅速、准确地洞察到被掩盖起来或混淆了的现实。

然而，他们有着一种谦虚态度。他们能倾听别人，并承认自己并不是万事皆知的，别人也能教给他们一些东西。这一真知灼见，部分来自于同时也导致了对自己的恰如其分的理解。这一概念也可以被表述成一种孩童般的单纯与不自大——孩童往往具有这种不带成见、不过早下结论地听别人意见的能力。孩童们张大着天真的、不带批评的眼睛看世界，只注意事情的本来面目，既不争辩，也不坚持事情是别的样子。同样，自我实现的人也这么看待自己与别人身上的人性。

自我实现的人的认识较少受到欲望、焦虑、恐惧、希望、盲目乐观或悲观的歪曲。马斯洛把这种不加评判的认识叫做“存在认识”(being cognition)。这是一种被动接受型的观察。他还把它叫做“不带欲望的意识”。仅有“存在认识”是不够的。正如马斯洛指出的那样，它会导致过分的宽容、不加区别的接受以及丧失情趣。因此，这些充分成熟的人以两种方式进行认识：沉思式的(“存在认识”)与决断式的。当认识转到第二种方式时，决定、判断、谴责、计划和行动都成为可能的了。

他发现自我实现的人总是毫无例外地致力于他们认为重要的工作、任务、责任或职业。因为他们对工作感兴趣，所以

干得津津有味，而工作与玩乐之间通常的界线也变得模糊了。对他们来说，工作是令人兴奋、充满乐趣的。看来专心致志于一项重要的工作是发展、自我实现和幸福的一个必要条件。但仅有一项重要的工作还是不够的——自我实现的人还必须干得很出色。假如他是个外科大夫，那他必须是个优秀的外科大夫，而不是个蹩脚的医生。这就需要努力工作、约束自己、进行训练并经常地推迟享受。

马斯洛发现在他研究的所有自我实现的人当中，创造性是个普遍的特点，创造性同健康、自我实现和充分的人性几乎是同义词。与这一创造性相应的特点是灵活、自发、有勇气、不怕犯错误、坦率和谦虚。正如已经提到的那样，在很多方面，这些人的创造性与孩童还没有学会害怕别人的嘲讽、仍能带着新鲜的眼光毫无成见地看待事物时所表现出来的创造性是相似的。马斯洛相信，当人们长大时，这一特点常常丧失了。自我实现的人，不会失去这种新鲜天真的观察能力。即使失去了，也能在后来的生活中重新找回来。马斯洛说："几乎任何一个孩童都能在没有事先计划的情况下即兴创作一支歌、一首诗、一个舞蹈、一幅画或一个剧本、一个游戏。"

自发性也几乎是创造性的同义词。自我实现的人较少抑制感情，所以他们更善于表达，更自然、简单。他们不觉得有必要掩饰自己的感情和思想，或者装腔作势。创造需要有勇气和挺直自己的脖子的胆量，能全然不顾批评和嘲讽，甚至抵制来自自己文化的影响。"我们每一个伟大的创造者……都体现了单枪匹马创造与旧事物相违背的新事物的勇气。这是一种胆量，一种孤军奋战，一种公然的违抗和挑战。一时的胆怯是可以理解的，但是，假如想成功地创造的话，就必须将它制

服。”因此，就他们对新思想毫无偏见，愿意承认无知和错误而言，他们是谦卑的；而从他们为了维护一个新思想宁愿走在头里，失去众人的支持这方面看，他们又是傲慢的。这从某种程度上说，是因为他们有忘我工作的能力。他们自信又自尊，因为他们更关心的是要完成的工作，而不是保全自己的面子。

因为有勇气、不胆怯，所以他们不怕犯愚蠢的错误。真正富于创造力的人是能够“想入非非”的，这样的人完全明白他的很多伟大念头最终会毫无价值。有创造性的人是很灵活的——他能够因时制宜，改掉旧习，在变化与抉择面前应付自如。他不会象死板的、不灵活的人一样被不测的风云所吓倒。

马斯洛认为，大多数人所具有的创造性还远远没有挖掘出来。他并不否认天才可能有一定的遗传基础。尽管几乎没人做过这方面的研究，但某些迹象表明伟大的才能既可以后天获得，也可以是与生俱来的。然而，马斯洛指出，伟大的人也同时是个勤奋的人。“灵感一角钱就可以买一打。但是，从灵感到托尔斯泰的《战争与和平》这样的最终产品之间还需要大量艰苦的工作，严格的自律以及大量的训练……能导致产生实际作品，如伟大的绘画、小说、桥梁、新发明等的那种创造，既依赖于创造的个性，又依赖于其他品质——如执著、耐心、勤奋等等。”

自我实现的人的一个特点是很少有自我冲突。他不会跟自己过不去，他的个性是统一的。这使他有更多的精力从事创造。“信任、善良和美在我们文化中的普通人身上只是一般地相联着，而在神经症病人身上这种互相关联更差。只是在进化了的成熟人身上，在自我实现的、充分发挥作用的人身上，它们才高度结合在一起，以至于在所有实际活动中，它们

都可以说是融为一体的。"

马斯洛博士指出，这一发现与几乎指导着所有现代科学思想的一个基本公理截然相反。那条公理说，认识越是客观、实际、科学，它就越是远离道德或价值观。现代知识界已开始相信事实与价值是相互矛盾、相互排斥的。马斯洛博士相信，对优秀人物的研究动摇了这一现代科学信仰的基石。确定行为的是非，有一个科学的根据，因为心理健康的人所要的东西与人们普遍认为正确和合理的东西是相符的。因为这个原理，这些人几乎不必浪费时间和精力来防御自身。他们并不害怕自己的欲望；他们的冲动是与理智相符的，他们的胃口与他们的判断是一致的。"

哈佛大学研究员 P.索罗金发现，真的同时也是善的和美的。马斯洛说他的研究证实了索罗金的话，"只要我们所讨论的只是健康的人"。健康的人很少对是非、善恶问题迷惑不清，他们几乎可以毫不费力地按照自己对正确行为的认识来行事。与很多科学家与神学家的意见相反，马斯洛发现心理健康的人既自私又无私；事实上，这两者是合为一体的。健康的人从帮助他人中感受幸福，因此，对他来说无私的行为就是自私的。"他们从他人的快乐中得到自私的快乐，这是无私的另一种说法。"健康的人以一种健康的方式自私，这种方式既有益于他又有益于社会。

与这一自私的无私态度相联的是前面提到过的健康人对工作和娱乐的态度。他乐于游戏、乐于工作；他的工作成了娱乐，他的正业和副业合二为一。研究表明，当面临一个伟大的创造性的挑战、某个值得达到的目标或一个严重的威胁或万分危急的时刻时，健康的人内心总是最统一的。自我实现的

人不但具有一个更和谐的个性，而且以一种更一致的态度看世界。当他作为一个人变得更统一后，他在这个世界上看到的是更多的统一，以及统一的可能性。正是这种认识方法才使伟大的发明家能从历来被视为互不相关的因素里产生新的东西来。

对这些成熟的人来说，善与恶的斗争不成问题。他们始终选择并偏爱更有价值的东西，而这种选择对他们来说很容易。善恶同时并存的情况只存在于那些自我不很一致的普通人身上。作为一个例证，马斯洛指出大量现有的科学证据表明，接受、保护、爱护和尊重孩子，对孩子的心理极有好处，而这也正是孩子本能地渴求的东西。这种诸欲望的一致性，现在常被说成是协同过程。

成熟的人有一种健康的自尊。它基于这样一种认识，即他是有能力的，能胜任工作。他常常受到别人对他应有的尊敬，尽管他并不依赖这个。这样的人不需要也不看重不正当的毁誉。他能自我控制，因而感到自己很有力量。他主宰自己以及自己的命运，并不畏惧自己，自惭或为自己的过失而沮丧。这并不是说他是完美无缺的。他也犯错误，但他能很恰当地加以纠正。

心理健康的人是非常独立的，但同时他也乐于与人相处。他对独处有一种健康的欲望，这与适应性很差的人的那种病态的、偷偷摸摸的、令人害怕的独处是极不相同的。有时在别人看来他们十分淡漠，不易接近，因为虽然他们乐于和他人在一起，但他们并不需要别人。他们完全依靠自己的能力。他们的能力常常如此优越，以致他们实际上感到被他人拖了后腿。他们既是社会上最有个性的成员，同时又是最合群、最友

好的成员。他们与其说是受社会或环境的左右，还不如说是受内心的命令、自己的本性以及自然的需要的左右。"既然他们较少依赖他人，他们对别人的矛盾心理也就较少。他们较少焦虑、仇视，较少需要别人的赞美或感情。他们较少为荣誉、特权和报酬而焦虑。"

自我实现者具有马斯洛所说的"心理自由"。即使面临众人的反对意见，他们仍能作出自己的决定。当文化与他们的观点不一致时，他们就抵制自己的文化。对他们认为无关大局的事，他们倒不一定都超凡脱俗：如语言、服饰、食品等等；但当他们觉得事关基本原则时，他们就会表现得非常独立、卓尔不群。

马斯洛所研究的对象中，只有一个相信正统意义上的神。但所有被研究者，除了一个人是公认的无神论者外，都相信宇宙是有意义的，并相信精神生活。几乎所有的人都有明确的是非观念，但这是基于他们自身的体验，而不是基于盲目地接受宗教启迪。但尽管如此，自我实现者的特点在很多方面与伟大宗教所教导的价值观、理想等是相似的……"如自我的超越，真善美的融合，为他人献身，智慧，诚实，自然，对自私及个人动机的超越，为了'较高的'欲望而放弃'较低的'欲望，……减少仇恨，残暴及破坏性，增加友谊、仁慈，等等。"

对这些人来说，自我控制是比较容易做到的，因为他们的欲望确实与他们认为正确的事情一致。他们的价值观建立在他们认为是真实的东西上，而不是别人告诉他们的东西上。"他们生活在稳定的价值观的体系中，而不是生活在毫无价值观的机器人世界里……"他们是负责的，因为他们相信负责能带来好处。

普通人的动机来自于缺乏——他力图满足自己对安全、归属、爱、尊敬、自尊等的基本需要。健康人的动机"主要来自于他对发展、实现的潜力及能力的需要"。换句话说，健康人的动机主要来自于自我实现的欲望。马斯洛博士相信，动机一词并不适用于极大多数成熟的人。他们是自发的，做他们看来最自然的事，他们只是在表达自己。马斯洛说科学心理学家几乎完全忽视了享乐、游戏以及漫无目的、随心所欲的行为。他把这一点归因于大家所普遍接受的关于凡行为皆有动机的科学信条。他对这条公理提出挑战，说表达性的行为"要么是无动机的，要么是比应付性的行为动机要弱……"后来，他把这种超越基本需求的行为冲动叫做后动机(metamotivation)。

马斯洛所研究的这类自我实现的人只占总人口中的极少数，大约百分之一。他们与普通人有极大不同，因而很少有人能真正理解他们。可是，这些优秀的人却深深感觉到他们与整个人类的血缘关系。他们能与性格合适的人保持一种友谊，而不管其种族、信仰、阶级、教育、政治信念或肤色。这种接受他人的行为完全跨越了政治、经济、民族的界限。

他们往往比普通成人更能与人建立深厚的私人友谊。一般来说，他们与之联系的这些人，也比普通人要更健康、更成熟些。尽管他们与别人建立的私人关系很深，但这种关系通常只与少数几个人建立。他们的密友圈子很小。因为他们在性格、能力、才赋方面都优于他人，因此，他们与那些能力相当的人往来密切。他们常吸引崇拜者、朋友和"信徒"，但当这种现象发生时，自我实现的人与他的崇拜者之间的关系往往是单方面的。这些健康的人能够对他人的缺点非常宽容，但他

们决不能容忍不诚实、撒谎、欺骗、残酷及虚伪。当真正的犯罪发生时，义愤几乎是自我实现者们的一个普遍反应。

马斯洛说，这些人与两条众所周知的名言“异性相吸”及“门当户对”背道而驰。这些健康的人倾向于寻找具有与他们类似的性格特质的人，如诚实的、真挚的、仁慈的、勇敢的，而无视如阶级、教育、宗教、民族背景及外表等表面特点。在后一方面，健康的人不会被差异所吓倒。“结果，自我实现的人能深深爱上志同道合者……他们越成熟，就越少被诸如英俊、美貌、舞场上的佼佼者、丰满的胸脯、苗条健美的身材、柔和的爱抚等特点吸引。他们更关心是否情趣相投、善良、高雅、志趣相合及体贴。”

这些健康的人也并不是没有问题的，但一般说来，他们的痛苦和问题要少些，他们能享受到更多的幸福、欢乐。他们并非都很平静，发发脾气也是常有的事。他们会很容易就厌倦了闲聊、轻佻的谈话及典型的鸡尾酒会。他们也有内疚、焦虑、悲伤及怀疑自己的时候。他们具有幽默感，但不同于一般类型的幽默；他们不会欣赏那种嘲弄人或把别人弄得低人一等的幽默。他们更喜欢一种哲理的或含义宽广的幽默。林肯的幽默就是最好的例子。

充分成熟的人与他人建立的友谊对他们自己以及别人都更有好处。不管是友谊关系、婚姻关系还是父子关系，都决不会是利用性的。健康的人由于极有自尊，所以能够对别人十分尊重。埃里希·弗洛姆的论点也支持这种看法。他说真正的自爱、自尊与爱他人是一致的，而不是相斥的。普通人缺乏足够的自尊，没能与他人建立起深厚的互相敬重的关系。马斯洛说：“我们用看到一幅美好的画时所感受到的那种自发的

崇拜、理解、敬畏和欢乐来描述健康人心中的爱是再好不过的了。”他们较少需要别人的爱，而且能忍受长期的孤独。不过，同时他们也能给予爱——他们是更加仁爱的人。

一般说来，心理健康的人似乎更有可能建立一个坚实、幸福、持久的婚姻。这不是个无私的婚姻，而是个健康地自私的婚姻，婚姻双方都为对方及对方的成功而高兴。尽管他们极乐于互相厮守，但他们还是能够很沉着地忍受长期的分离及死亡。在一个健康的婚姻中，双方都会增强对方的信心及自尊，他们能做到相得益彰。马斯洛的研究驳斥了认为两性之间有着根本仇恨的古老理论——这种情况在一个健康的婚姻中是不存在的。假如有一方是坏的，那么，亲密的关系的加强不会巩固婚姻，而只会削弱它。好的婚姻随着时间的推移而日趋坚固。

随着时间的推移，他们双方不但更喜欢与对方在一起，而且他们的性生活也日趋完善——至少在某种程度上是这样的。正如他们喜欢生活中的各项活动一样，他们也更喜欢性的活动。对他们来说，性欲还包括了一种爱的关系。他们极少寻找婚外恋爱，可是他们对异性是感兴趣的，而且觉得可以相当轻松自如地与异性建立友谊。

马斯洛评论道，金西博士对性行为的调查把普通的与正常的混为一谈。对自我实现者及其性关系的研究表明，普通的不一定就是正常的、健康的。

优秀的人有时会发现建设性的批评是十分有益的。人们通常总是因气愤而批评人，但马斯洛发现，在某些情况下，慈爱的人觉得应该提醒朋友或爱人注意某个时常犯的却又不为自已所知的错误——与那句“即使你的至交也不会告诉给你”

的旧谚相反。他援引了基督教布鲁德霍夫教派关于人与人即使一时会伤害对方也要坦诚相见是基督之爱的观点。布鲁德霍夫教派认为，如果没有勇气告诉某人真相，而让其一次又一次地重犯同一个错误，这就不是友爱的表现。马斯洛基于对这些优秀人物的研究，提出了这么一个问题：为什么没有一种能带来欢乐与幸福的技术呢？他的研究表明，柏拉图和苏格拉底的好心有好报的论点是正确的。他发现自我实现的人更会享受生活——并不是他们没有痛苦、忧愁、烦恼，而是他们能从生活中得到更多的东西。他们更会欣赏生活，更有情趣，更能意识到世界之美。他们较少害怕和焦虑，更具有信心及轻松感。他们较少因为厌倦、失望及羞耻或缺少目的而烦恼。"他们往往自发地主持正义，因为那正是他们想做的、需要做的、乐于做的、赞成的以及会继续乐于做的事情。当一个人心理不健全时，这种统一、积极的联系就四分五裂，陷于冲突之中了。"

换句话说，"自我实现的人广泛地享受生活的各个方面，而芸芸众生只能享受成功、胜利或经历中的高潮与顶点等偶尔的片刻。"他们从不厌倦生活，他们能够一次又一次地欣赏日出、日落、婚姻、大自然。

健康人比普通成人更少惧怕，因为他们比普通成人更多地受到真理、逻辑、正义、现实和美的影响。这些健康的人并不常常受到外界形势的威胁，因为他们自信能够应付他们面临的任何情况。他们几乎从来不会被未知的或神秘的东西所吓倒。事实上，他们往往被未知的事物所吸引。这与神经症病人之害怕不熟悉及神秘的东西有着天壤之别。马斯洛认为，爱因斯坦是这种无所畏惧态度的典型："我们所能经历的最美

的事莫过于神秘的事，它是一切艺术与科学的源泉。”自我实现的人不但很少惧怕周围环境，他也很少惧怕自己。他以哲人的态度接受他自己及自己的天性。事实上，他远比神经症病人更少关心这一点。

马斯洛发现，他所研究的这些杰出人物还具有若干其他的共同特点。他们能够客观地对待事情并以问题为中心，而这就需要使个人与问题之间保持一定的距离。可是，在社会关系中的这同一种超然态度有时却会带来麻烦，因为它可能被理解为冷漠、孤傲、势利、甚至敌意。他们具有一种超常的专注能力，而这有时使他们有些心不在焉。因为他们自己很少有什么问题，所以他们往往致力于解决社会问题；他们在生活中有某种使命。他们更关心的是结果，而不是手段。

他们通常十分友好，对孩子饶有兴趣，并能与他们很好相处。可是，他们却并不总是很好的父母，因为他们能力太强，这有时会使他们自己的孩子气馁。总的说来，他们往往对大多数人都很和蔼，至少很有耐心。“他们对整个人类有一种很深的归属感，充满了同情与友爱，尽管有时他们会发脾气、不耐烦或感到厌恶……他们真心实意地想帮助人类。”

他们达观而镇静，能耐心地寻求或接受缓慢的、有秩序的变化，而不希冀突变。虽然我们社会的普通人往往要么只注重实际，要么只注重理论，但自我实现的人却既注重理论又注重实际。他喜欢幸福的结局，希望看到好心有好报，看到残酷的剥削和丑恶受到惩罚。他乐于行善，惩罚罪恶，乐于奖赏、赞扬及赏识他人的才能。他具有足够的自尊，因此，并不需要每个人的爱。必要的话，他甚至愿意树敌。他也喜欢平静、安宁以及消遣。他喜欢办事干净漂亮，而不喜欢低效率。他设

法按世界的本来面目去看世界，同时又能看到它的不足之处并用工作来改善世界。他那杰出的认识能力使他在任何场合下都能看到事物的正反两方面。他喜欢解决疑难，并使杂乱无章重归秩序。他很少对别人小气，很少小心眼或不体谅人。他欣赏别人身上的长处，并能漠视他们的缺点。他喜欢工作，力图更有效、更利落、更快地完成任务。

对自我实现者的研究，驳斥了弗洛伊德那种关于人的无意识(本我)中只有坏、邪恶、疯狂和危险的理论。自我实现者的潜意识是创造性的、友爱的、积极的和健康的。

4 基本需要理论

亚伯拉罕·马斯洛的人类动机理论，几乎可以运用到个人及社会生活的各个领域。他认为，以下的一些设想，对一个完善的动机理论来说，是必不可少的：

个人是一个统一的、有组织的整体。他说："一个行动或一个有意识的愿望，如果只有一种动机，那是不正常的。"换句话说，是整个人都受到动机的驱使，而不仅仅只是人的一部分。当一个人饿了，那么，他所有的器官都感到饥饿，他整个人都需要食物，不只是他的胃。

个人的绝大多数欲望和冲动是互相关联的。这也许对如饥饿之类的更基本的需要说来并不正确，但对如爱情之类的更复杂的需要来说，无疑是正确的。

以前，大多数研究都认为，人类需要可以按方式和目的割裂开来分别加以研究。要想充分理解人类动机，我们就必须着重研究最终目的或结果，而不是达到这种目的之手段。当我们在一个广泛的、跨越文化的基础上进行研究，我们就会发现各文化的目的，远比它们用来达到目的的手段要普遍。这也就是说，虽然各种族与文化可以有天壤之别，但最终的结

果似乎都是相同的。驱使人类的是若干始終不变的、遗传的、本能的需要。这是马斯洛理论中一个独到的基本概念。这些需求是心理的，而不仅仅是生理的。它们是人类真正的内在本质，但它们都很脆弱，很容易被扭曲，并被不正确的学习、习惯及传统所征服。马斯洛说："它们是人类天性中固有的东西，文化不能扼杀它们，只能抑制它们。"这显然对一条为多数人所接受的、古老的信念提出了挑战。这条信念认为，本能是强有力的、无法改变的、邪恶的。马斯洛的设想刚好相反：这些需要极易受到无视和压抑。它们"不是丑恶的，而是中性的或者是良好的"。

一个特性如果符合下述情况就可视为一种基本需要：

"1. 缺少它引起疾病；

2. 有了它免于疾病；

3. 恢复它治愈疾病；

4. 在某种非常复杂的、自由选择的情况下，丧失它的人宁愿寻求它，而不是寻求其他的满足；

5. 在一个健康人身上，它处于静止的、低潮的或不起作用的状态中。"

生理需要

人的需要中最基本、最强烈、最明显的一种，就是对生存的需求。人们需要食物、饮料、住所、性交、睡眠和氧气。一个缺少食物、自尊和爱的人会首先要求食物；只要这一需求还未得到满足，他就会无视或把所有其他的需求都推到后面去。

“如果一个人极度饥饿，那么，除了食物外，他对其他东西会毫无兴趣。他梦见的是食物，记忆的是食物，想到的是食物。他只对食物发生感情，只感觉到食物，而且也只需要食物……这样的人真可谓单靠面包为生。”

马斯洛说，我们可以根据对人类需要的细分来开一张罗列生理需要的很长的单子，但这可能没多大意义。举个例子说，我们可以证明有多少不同的感官快乐，如品尝、嗅闻、抚摸等，可以被包括在影响人类行为的生理需要中。另外，尽管生理需要比高级需要更容易分割和确定，但它们不应该被当作互不相关的孤立现象来对待。比如，一个自以为饥饿的人实际上很可能缺乏爱、安全感或其他的东西。反之，有些人用或试图用如吸烟或喝水等其他行为来克服饥饿。因此，所有的人类需要都是相互关联的。

生理需要还受到了心理学其他两大学派的承认与重视。行为主义者认为，人只有生理的遗传冲动。马斯洛认为这一结论可能来源于这样一个事实，即行为主义学派的大多数研究都是在老鼠身上做的，而老鼠除了生理动机外，显然很少有别的什么动机了。

马斯洛认为行为主义者关于生理需要对人的行为有强有力的影响的观点是正确的，但这只限于生理需要没得到满足时。然而，对文明社会中的多数人来说，这些低级需要都已得到相当的满足。“要是面包很多，而一个人的肚子却已饱了，那会发生什么事呢？”马斯洛自己回答道：“其他（高一级的）需要就立刻出现了，而且主宰生物体的是它们，而不是生理上的饥饿。而当这些需要也得到了满足，新的（更高一级的）需要就又会出现。以此类推。我们所说的人类基本需要组织在一个

有相对优势关系的等级体系中就是这个意思。”马斯洛坚决主张，人的一生实际上都处在不断追求之中，他是一个不断有所需求的动物，“几乎很少达到完全满足的状态。一个欲望得到了满足之后，另一个欲望就立刻产生了”。

安全需要

一旦生理需要得到了充分的满足，就会出现如马斯洛所说的安全需要。因为在健康、正常的成人身上，安全需要一般都得到了满足，所以观察儿童或患神经症的成人就最有助于理解这种需要。儿童心理学家和教师发现，儿童需要一个可以预料的世界。儿童喜欢统一、公平及一定的规律。缺乏这些因素时，他就会变得焦虑不安。他喜欢的是一定限度内的自由，而不是放任自流。按照马斯洛的观点，这一点事实上对发展儿童的适应性是很有必要的。

不安的或患神经症的成人，行动起来很象不安的儿童。马斯洛说：“这样的人做起事来总好象大难就要临头似的。他总象在应付一件紧急事件……一个神经症病人好象总是在怕挨打屁股似地行事……” 不安的人对秩序与稳定有一种迫切需要，他尽量避免奇怪或不测之事。健康者也寻求秩序和稳定，但这并不象对于神经症患者那样是生死攸关的大事。成熟的人对新奇及神秘也有一种兴趣。

归属和爱的需要

当生理和安全的需要得到满足时，对爱和归属的需要就出现了。马斯洛说："现在这个人会开始追求与他人建立友情，即在自己的团体里求得一席之地。他会为达到这个目标而不遗余力。他会把这个看得高于世界任何别的东西，他甚至会忘了当初他饥肠辘辘时曾把爱当作不切实际或不重要的东西而嗤之以鼻。"

我们不能把马斯洛所说的爱与性混淆起来。性可以被作为一个纯生理的需要去加以研究。他说："一般说来，性行为是由多种因素决定的……不仅出于性的需要，而且也出于其他的需要，其中主要包括爱和感情的需要。"他很赞成卡尔·罗杰斯关于爱的定义："爱是深深的理解和接受。"

他认为弗洛伊德把爱情说成来自性欲是个极大的错误。"当然，犯这种错误的，不止是弗洛伊德一人……很多不善于思考的人也有同感，但弗洛伊德却可以说是西方文明中这个观点的最有影响的代表……弗洛伊德各种理论中最广泛地为人接受的就是：温情即是目的受抑制的性欲。"

马斯洛发现，心理学对于爱的研究少得惊人。"人们有理由指望那些严肃地讨论家庭、婚姻、性生活的作者会把爱作为他们这个任务的一个适当的、甚至基本的部分。但我必须告诉诸位，在我工作的那个图书馆里有关这些主题的书中，竟没有一本严肃地谈到了这个问题。更有甚者，爱这个词，根本没有被编入索引之中。"

但马斯洛发现，缺乏爱，就会抑制成长以及潜力的发展。临床医生一次又一次发现婴儿不能缺少爱。很多心理病理学者也认为爱的需要受到挫折是心理失调的主要原因。马斯洛说："爱的饥饿是一种缺乏症，就象缺乏盐或缺少维生素一样……我们需要碘和维生素C，这一点对每个人来说都是毋容置疑的。我提醒你们，我们需要爱的证据与此完全是属于同一类型的。"

对马斯洛来说，爱是一种两个人间健康的、亲热的关系，它包括了互相信赖。在这样一种关系中，两个人会抛弃恐惧，不再戒备。当其中一方害怕他的弱点和短处会被发现时，爱常常就受到伤害了。卡尔·门宁格是这样谈论这个问题的："与对方不能欣赏我们的感觉相比，我们或多或少都感到过的那种害怕别人看穿由习俗和文化强加于我们的面具的恐惧，更会伤害爱。正是它使得我们不敢与人亲密，而只在一种表面上保持友谊，低估而且不去理解别人，以防别人太了解我们。"

马斯洛说："爱的需要涉及给予爱和接受爱……我们必须懂得爱，我们必须能教会爱、创造爱、预测爱。否则，整个世界就会陷于敌意和猜忌之中。"

尊重需要

马斯洛发现，人们对尊重的需要可分成两类——自尊和来自他人的尊重。自尊包括对获得信心、能力、本领、成就、独立和自由等的愿望。来自他人的尊重包括这样一些概念：

威望、承认、接受、关心、地位、名誉和赏识。对尊重的需要往往被西格蒙德·弗洛伊德所忽视，而阿德勒却很重视这一点。一个具有足够自尊的人总是更有信心、更有能力，也更有效率。然而，当他缺乏自尊时，他就感到自卑、无望，从而可能导致绝望和神经症行为。"最稳定的，因而也是最健康的自尊是以别人给他应得的尊敬为基础的，而不是来自外部的名声、荣誉或谄媚。"

马斯洛阐述说，自由也许是一种基本的心理需要，但他又指出，证明这一观点的科学依据目前还远远不够。"众所周知的临床材料告诉我们，一个懂得真正自由的人(这自由不是牺牲了安全得来的，而是建筑于充分的安全的基础上的)不会自愿或者轻易让别人夺去他的自由。不过我们不知道对一个一生下来就做奴隶的人，情况是否同样如此。"

自我实现的需要

"一个人能成为什么，他就必须成为什么。"发现人类有成长、发展、利用潜力的心理需要——马斯洛称之为自我实现——是马斯洛关于人的动机的理论中的一个很重要的方面。马斯洛还把这种需要描述成"一种想要变得越来越象人的本来样子、实现人的全部潜力的欲望"。马斯洛发现，当一个人对爱和尊重的需要得到合理满足之后，自我实现的需要就出现了。

对认识和理解的欲望

马斯洛认为精神健康的一个特点就是好奇心。必须承认，还没有足够的科学材料和临床材料来证实这是一种基本需要；早期理论家弗洛伊德、阿德勒、荣格的著作中也没有关于这方面的研究。马斯洛列举以下几点理由来说明好奇心是一个全人类的特点：1.动物行为中常常表现出好奇心。2.历史上的许多例子证明人即使危险临头也会探求知识，伽利略与哥仑布就是这样的人。3.对心理成熟者的研究表明，他们往往对神秘的、未知的、不可测的事物心驰神往。4.马斯洛的临床经验提供的例子表明，曾经健康的成人也会感到厌倦、压抑，对生活失去兴趣，并厌恶自己。这样的症状也会出现在有才智的人身上，如果他们“做着愚蠢的工作，过着愚蠢的生活的话……我接触过许多女性，她们风华正茂，却无所事事，于是她们的智力就开始逐渐衰退。有些人接受了建议，使自己致力于一件值得努力的事情上，她们的病情就会减轻或消失。这使我想到，求知的需要是存在的”。5.儿童似乎有着天然的好奇心。6.好奇心的满足是主观上的满足；人们都说学习和发现未知的东西会给他们带来满足和幸福。

许多行为科学家认为，对秩序、系统和稳定的追求是一种强迫性神经症的形式。马斯洛认为虽然这一点是正确的，但是健康人身上也会有这种行为，只是不会为此而陷入无法摆脱的境地。用马斯洛的话来说，“有人把这一过程称为寻找意义，那么我们就应该假设人有一种对理解、组织、分析事物、使

事物系统化的欲望，一种寻找诸事物之间的关系和意义的欲望，一种建立价值体系的欲望。”

对美的需要

行为科学往往忽视人对美有本能需要的可能性。马斯洛发现，对美的需要至少对有些人来说是很强烈的；他们厌恶丑恶。他早期对学生作的一些研究证明，环境的美丑对他们是会产生影响的。实验证明，丑会使人变得迟钝、愚笨。马斯洛博士发现，从最严格的生物学意义上说，人需要美正如人的饮食需要钙一样，美有助于人变得更健康。

他指出对美的需要与人的自我形象有关。那些没有因为美的作用而变得更健康的人是因为受到了自我形象太差的限制。一个邋遢的人在一家一尘不染的豪华饭店里会感到很不自在，因为他觉得自己“配不上”。

他讲了一个就诊于他的一位精神病专家朋友的病人的伤心故事。那个病人总是贬低自己，总觉得自己分文不值，甚至不值得活下去。当他最后真的自杀的时候，他是在一堆垃圾上击毙自己的。这就是一个认为自己“不配”享受美的人的情况。

马斯洛还发现健康的孩子几乎普遍有着对美的需要。他认为审美需要的冲动在每种文化、每个时代里都会出现，这种现象甚至可以追溯到原始的穴居人时代。

满足基本需要的先决条件

与个人动机有着密切关系的是社会环境或社会条件。在满足基本需要的诸先决条件中，马斯洛举出了这样一些条件：言论自由，在不损害别人的前提下可以随心所欲，质询自由，自卫自由，正义，诚实，公平及秩序。一旦危及这些先决条件，人们就会做出类似基本需要受到威胁时的那种反应。用马斯洛的话来说，“这些先决条件本身并不是目的，但因为它们跟那本身就是目的的基本需要有着如此密切的联系，以致这些条件也几乎成了目的了。人们会保卫这些条件，因为，没有了它们，基本需要的满足就无从谈起，或至少受到了严重的威胁。”

一些时候以来，马斯洛一直意识到他的动机理论有不足之处。这理论似乎无法解释：既然整个人类是趋向于发展的，为什么有那么多人无法发展他们的潜力？近来，他的思想有了些突破。他引入了“挑战”（刺激）这一外部环境的附加前提条件。他现在认为，人似乎有点自相矛盾，既有惰性倾向，同时又有运动、发展的倾向。他解释道，这部分是由于生理的原因——人需要休息或恢复。但这同时也是一种心理反应：人需要聚集能量。我们可以从已故的乔治·金斯利·齐普夫博士的广泛研究中找到有关这一观点的科学证据。他那本题为《人类行为与最少努力原则》的书中对这点作了概括。

基本需要的进一步的特征

人的基本需要一般地呈现出前面所列出的那种顺序。但是也有很多例外。比如有些人，与别人对他们的爱戴相比，他们可能更喜欢或更想得到自尊。一个长期失业，多年来心里只是想着食物的人，可能会失去或者减少对高级需要的欲望。心理变态者对爱和友情的需要显然完全受到挫折，以致他们给予并接受爱与友情的欲望也都丧失殆尽。当然，历史上也有许多人完全无视自己的基本需要而成了某种理想的殉道者。

有幸生于能满足人们基本需要的环境中的人会使自己的性格发展得非常统一，以致他们能相当长时期地忍受这些需要的丧失或挫折。在人的早年生活中，尤其是在出生后的最初两年里就满足他们的这些需要是很重要的。正如马斯洛说的："在幼年时期就得到安全感，变得坚强的人，在以后的生活中无论遇到何种威胁，他们往往仍旧能保持安全感和坚强性格。"

马斯洛还提醒人们不要过于拘泥地理解诸需要的顺序。我们决不能以为只有当人们对食物的欲望得到了完全的满足，才会出现对安全的需要；或者，只有充分满足了对安全的需要后，才会滋生出对爱的需要。我们这个社会中有很多人，他们的绝大多数基本需要都部分地得到了满足，但仍有几种基本需要还没有得到满足。正是这些尚未得到满足的需要能强烈地左右人的行为。一旦某个需要得到了满足，那么它就

不能影响一个人的动机了。"一种需要一旦得到满足，它就不再成其为需要。"

人们可能意识到，也可能意识不到他们的基本需要。"普通人意识不到的时候多于意识到的时候……尽管在合适的技术和成熟的人的帮助下，他们也可能会变得略有所知。"正如前面已讨论过的，行为是很多力作用的结果。它可能是几种基本需要综合作用的结果，也可能是个人的习惯、过去的经历、才赋和能力以及外部环境作用的结果。假如，听到"桌子"这个词，我马上想到的是记忆中的一张桌子或者椅子，那么，这种反应与我所说的基本需要是风马牛不相及的。

也许只有通晓以往心理学的人才能够充分领会上述这些观点对大多数行为科学家来说是多么激进。马斯洛把这一点说成"那具有悠久历史的、令人深信不疑的、似乎无懈可击的心理学原理在我的四周土崩瓦解。……真、善、美在我们这个文化中的普通人身上只是勉强地互相联系在一起，而在神经症患者身上，则情况更糟。只有在进化的、成熟的、自我实现的和充分发挥作用的人身上，它们才紧密地联系在一起，在所有实际活动中，它们可以说是融为一体的。现在我要附带加上一句，其他的人在他们处于顶峰状态时，也会出现这种情况。

"如果这一发现结果证明是真实的，那么，它与如今指导着所有科学思想的一个基本公理是完全背道而驰的。那条基本公理是：人的认识越是客观，越是不受个人感情的影响，则它就越是远离价值。知识分子几乎总是把事实与价值看成是反义词，认为两者是互不相容的。"

发展的需要

在前几页里，我们已把基本的心理需要按照马斯洛博士在他的《动机与个性》一书中所解释和排列的顺序作了分类。马斯洛经过深入研究，又在《通向一种关于存在的心理学》一书里对基本需要理论作了扩展和阐明。

马斯洛发现了更高层次上的一系列全新的需要，他称之为发展的需要(存在的价值)，以区别于基本的需要或因匮乏而产生的需要。他说人的这种高级本质要以他的低级本质为基础，否则，高级本质就会“倒塌”。他说，“有关‘高级需要’的推论是人本主义心理学的主要侧重点。这些需要有其生物学基础，是人的本质的一部分……”因此，人最初因一系列基本需要而产生动力；当这些基本需要得到满足，他就会走向更高的层次，会因更高级的需要而产生动力。正如前面提到过的，马斯洛称之为后动机(metamotivation)。

在这些更高级的需要之间与站在更高层次上的人之间存在着一种差异；然而，马斯洛又发觉这种差异很难用语言描述。他发现这样的人没有穷于应付生活，而是有着自发性，善于表达，一派天真，无拘无束，就好象他们已到达山顶，此时正随意沿着山的另一边顺坡而下。这些价值特征是互相关联、不可分割的，要给其中一个下定义就得用上其他几个。马斯洛发现了存在价值(being-values)，并把它们列成了一张表：

“1. 完整(统一；整合；一元的趋向；相互关联；单纯；组织化；结构；两极对立的超越；秩序)。

2．完善（必要；正确；恰到好处；必然；合适；正义；完全；“应该”）。

3．完成（结束；终结；公正；“完成了”；实现；结尾与终端；定数；命运）。

4．正义（公平；秩序；合法；“应该”）。

5．活跃（过程；不沉寂性；自发；自律；充分作用）。

6．丰富（差异；复杂；错综）。

7．单纯（诚实；坦白；要素；抽象；本质；骨架结构）。

8．美（正确；形式；活跃；单纯；丰富；完整；完善；完成；独特；诚实）。

9．善（正确；合意；应该；公正；仁慈；诚实）。

10．独特（独特性；个人风格；无可比拟性；新奇）。

11．轻松（自如；不紧张、奋斗或困难；优雅；完善；美的作用）。

12．乐观诙谐（玩笑；高兴；逗趣；欢乐；幽默；生气勃勃；轻松自在）。

13．真实，诚恳，现实（坦白；单纯；丰富；应该；美；纯洁、干净、不掺假；完全；重实质）。

14．自我满足（自动；独立；随遇而安；自己决定；超越环境；分离；按自身规律生活）。”

证据

当《动机与个性》一书于 1954 年出版时，书中至少从十二个领域为基本需要理论作了证明。自那时起，马斯洛就不

断地为这一理论增添更多的证据。

之所以要提出一个新的综合性的动机理论，第一个也是最主要的原因是：早先的理论都不足以解决人的问题，也不能解释所有已知的事实。“……临床心理学家，精神病医生，精神分析学家，社会工作者以及其他所有的临床医生几乎把行为主义理论弃在一边，根本不加应用。他们以一种特别的方式固执地想在一个有欠缺的理论的基础上建立一个广泛的、实用的结构。他们往往是务实的人而不是理论家。”比如，行为主义者认为爱的需求是后天获得的，而不是与生俱来的。“而普遍的临床经验根本没有证实这样一个论点。”马斯洛博士还说：“据作者所知，没有一个实践经验表明这一论点对爱、安全感、归属感、尊重、理解等等的需要来说是正确的。”

若干临床实验——如W.戈德法布的那些实验——证明慈善机构里的儿童得不到爱时就会出现心理变态的症状，尽管他们的其他一切生理需要都得到了满足。“有一点应该是非常发人深省的：几乎每一个精神病治疗学派、精神分析学派、临床心理学、社会工作或儿童治疗学派都不得不提出某种关于本能或类似于本能需要的学说，不管他们在其他观点上分歧如何之大。”

著名的人类学家阿什利·蒙塔古指出：“现有的绝好的证据使我们相信婴儿不但需要爱，而且想给予爱。婴儿所有的动力都源于接受爱和给予爱这个出发点，如果他得不到爱，他就没有能力给予爱——无论是孩提时代还是长大成人都不能。”

蒙塔古还提到了在二十世纪早期的几次调查，这几次调查得出的统计结果令人震惊。典型的一例就是，“亨利·查平博士报告说，在美国的十家育婴堂里，除了有一个例外，每一个

婴儿在不满两岁时就都夭折了。”蒙塔古博士把这一灾难归因于孩子们得不到爱这一事实。

马斯洛的基本需要理论也被在具有“机体的智慧”的动物身上做的几百次实验所证实。沃尔特·肯农在他的《机体的智慧》一书(诺顿，1932 年)里，对此作了大量描述，库尔特·里克特在任意选中的动物身上所做的实验也表明，失去肾上腺的动物会通过改变饮食来使自己活下去。他还报告说，一个有肾上肿瘤的孩子会本能地吃下大量的盐来活命。

W.F. 达夫发现如果让鸡选择自己的饮食，它们会作出五花八门的选择。有些鸡就比另外一些鸡更善于选择，它们会变得高大健壮；而给那些不善选择的鸡喂了与善于选择的鸡所吃的相同的饮食时，它们也会变得高大、结实、健壮，不过通常它们是不会超过那些善于选择的鸡的。

D. W. 莱维对小狗以及它们的各种需要——比如吃奶——作了实验。他发现当动物的一个需要得到充分满足时，这一需要就会消失，或者，在其后的一生中都保持在一个很低的水平上。可是，当这一需要受到挫折，动物就会出现心理变态症状。莱维又在其它动物身上，包括人的婴儿身上重复了这一实验，发现结果都类似。莱维还证明婴儿需要得到爱和抚慰才能长大为成熟的人。他研究了健康的人和神经症病人的家庭背景，发现健康的成人在年幼时，那些基本需要是得到满足的。

过去曾经被行为主义理论控制的人类学，在近几年里发现了相当多的证据，证明了马斯洛的论点，即“全人类的终极欲望远不象他们每天所感到的欲望那样复杂多变”。而且这一点不因种族或文化而异。他说：“在人类学领域内，首先是实地工作者对文化相对论发生不满，他们认为人类学所暗示的

人与人之间的差异比他们之间实际存在的差异要严重而不可调和得多。”

马斯洛博士在临床实践中为他的基本需要理论找到了一个证据的“金矿”——这就是他自己的经验和其他数百名治疗学家的经验。他自己的经验不断表明，基本需要得到满足的那些人总是更健康、更幸福、办事更有效，而基本需要受到挫折的人，都会出现心理变态症状。无关紧要的欲望——那些显然不属于基本需要范畴的欲望——受到挫折时，是不会导致不健康症状的，尽管行为主义论点坚持认为任何需要受到阻碍都会导致恶果。那些试图揭示人的真实自我的治疗学家——C. 罗杰斯，E. 弗罗姆，K. 霍尔奈，等等——发现，他们使用的方法会增加爱、勇气和创造性，减少恐惧和仇恨。这一点表明爱、勇气、创造性等都是与生俱来的，否则，它们是从何而来的呢？正如罗杰斯说的：“作为一个人，我越是深入地了解自己，就越是能发现我与其他人的共同之处。”马斯洛说：“假如通过深入的观察能使一个特点显得更加强烈，那么，我们就可以说这一特点是固有的。”“另外，正如霍尔奈所阐述的，假如帮助病人消除焦虑，能使他变得更多些友爱，更少些仇恨，那么它不正是说明友爱对人性来说是基本的，而仇恨却不是吗？”

所有这一切都可以用这么一句话来加以总结：基本需要受到挫折会造成心理变态；基本需要得到满足，无论从心理上说还是从生理上说，都会使人变得健康。对自我实现者的研究一次又一次地证明，自我实现的人，无论他属于何种文化，他所重视的都是些相同的东西。顶峰经验（在本书第五章叙述）证明即使普通的人也有“开足马力”的时候。他们到达顶峰状态时就重视高级需要，这表明人的基本需要是遗传而来的。

在马斯洛早期受到行为主义教育时，教师们告诉他，人是具有认识能力的，但是从未有人提起过人有认识的需要。是马斯洛的一个名叫 E. L. 桑代克的教授的研究引起了他的思索，也许人既有求知的需要，也有求知的能力。桑代克和他的一些同事对一组智商极高——都超过 180 的儿童进行了研究。研究者们发现其中的每一个孩子都有一种永不满足的好奇心，而且这些好奇心根本无需外人的鼓励，它们会象强烈的渴望、强烈的动力或强烈的需要那样自己表现出来。

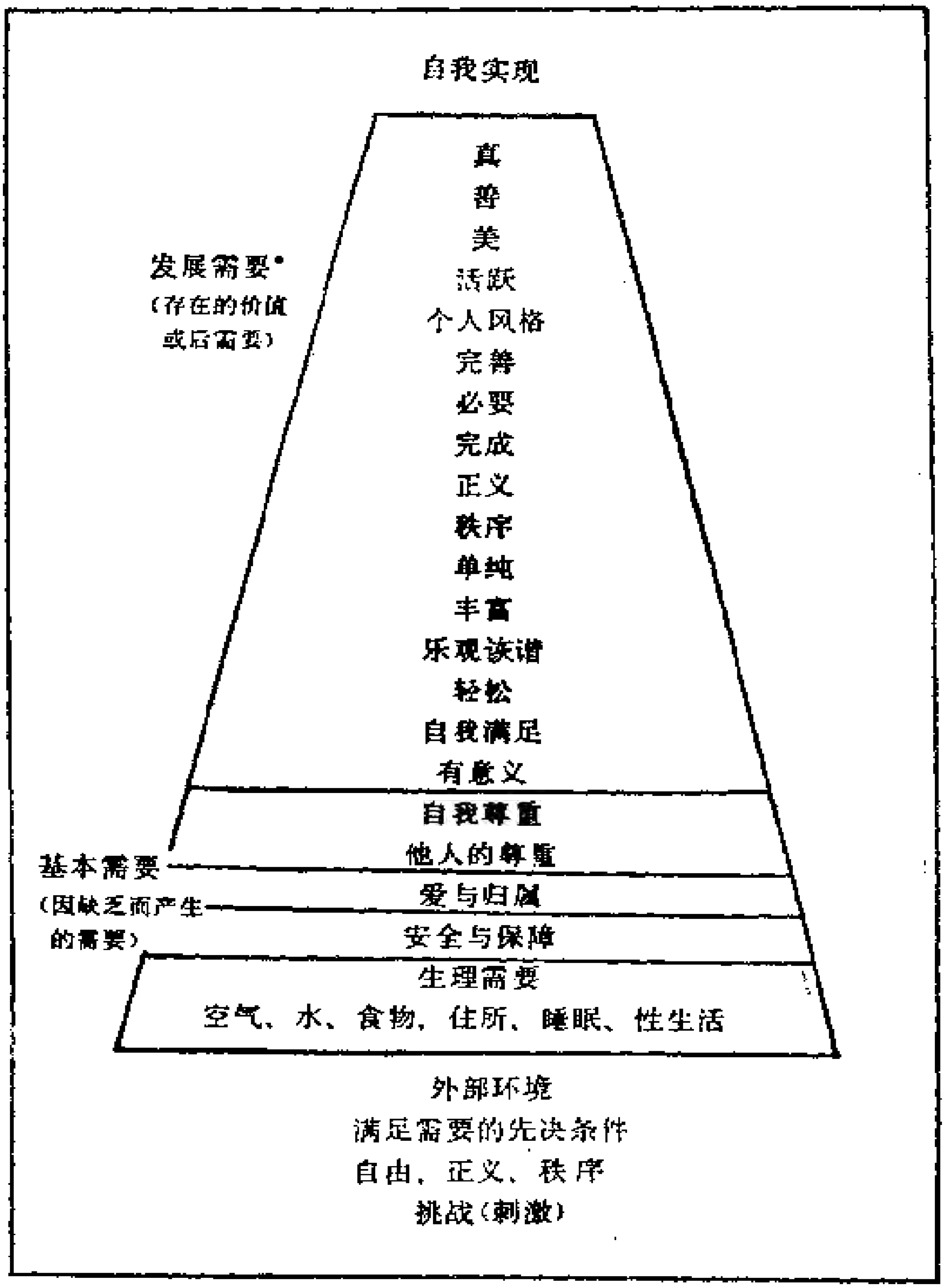
哈洛和他的学生对猴子进行了一系列的实验，发现猴子会花很大精力解决疑难问题，即使得不到任何报酬。唯一可能的解释似乎就是：猴子有一种天生的好奇心，解决疑难问题会给它们带来满足。

象亚里士多德和柏格森这样的彼此截然不同的思想家以及其他许多哲学家都观察并报告了人类寻求发展和自我实现的倾向性。在精神病学家、精神分析学家以及心理学家中，戈尔茨坦、兰克、荣格、霍尔奈、弗罗姆、梅、罗杰斯等人也发现这一点具有必然性。

马斯洛意识到，东方的哲学尤其证实了他的观点，而且意识到亚里士多德在"美好的生活"上也费了大量笔墨。马斯洛说："我们能够赞同亚里士多德的观点：美好的生活在于同人的真实本质和谐一致；不过，我们得接着说，他对人的真实本质根本没有足够的了解……假如一个人象亚里士多德所做到的那样仅在表面层次上观察人类，那么他最后肯定会得出这么一个概念：人的本质是静止的。"比如，马斯洛指出，亚里士多德全盘接受了奴隶制这一事实，于是，他得出了一个致命的错误论点，即因为某人是个奴隶，他的主要本质就是奴隶化

的；所以，当一个奴隶对他来说是有益的。

亚伯拉罕·马斯洛的需要等级表：



* 诸发展需要是同样重要的，彼此无等级之分。——作者

5 人的潜力

刚进入二十世纪时，美国一位最著名的心理学家和哲学家威廉·詹姆斯就断定：普通人只用了他们全部潜力的极小部分。詹姆斯把这当作自己最重要的发现之一。“与我们应该成为的人相比，我们只苏醒了一半。我们的热情受到打击，我们的蓝图没能展开，我们只运用了我们头脑和身体资源中的极小一部分。”由于某种原因——也许是因为各学科都对精神病、“普通人”及动物的研究趋之若鹜，精神病学家和行为科学家竟没有注意到这一重要的论断。不管出于什么缘故，反正在最近五、六十年里，几乎没人致力于研究人的潜力及如何发展这种潜力。近至 1967 年，曾在这一领域成为先驱的社会心理学家赫伯特·奥托博士说：“近五十年来人类潜力这一课题完全被社会科学家和行为科学家所忽视，而没有被他们当作一个中心课题来研究。”

马斯洛博士关于人类动机的普遍理论的一个很重要的方面，就是相信人类具有大量尚未加以利用的潜力。他相信，所有的或至少几乎所有的婴儿，生而具有心理发展的潜力和需要。

通过对全人类中不足百分之一的精英进行研究，我们知道了人的潜力究竟为何物。马斯洛相信，大多数人都有一种自我实现的需要和倾向。然而，尽管事实上好象所有的人都有这种潜力，却只有极少的人达到自我实现。部分的原因是：人们对他们的潜力全然无知，他们既不知道什么是有可能做到的，也不理解自我实现会给人带来什么好处。

马斯洛引用的例子之一就是奥林匹克金牌获得者。一位冠军证明了在他所擅长的领域里潜力到底是什么，而且把他所达到的目标立为其他运动员的标准。马斯洛年轻时想进田径队参加比赛。那时在四分钟之内跑完一英里被认为是绝对做不到的事。结果，人所“不能”的事成了可能的事，因为人们证明了那是做得到的。每一次刷新记录都表明人的潜力在这些项目上有所增加。

马斯洛关于人的概念并没有排除人从出生起就有遗传上的差异这一可能性，然而他却认为人的潜力还是存在的。每个人身上都有这些伟大的潜力，但却又很难加以测量。“我们无法测出一个人将来可能有多高，只知道他现在有多高；我们无法知道在最好的条件下他会变得多聪明，只知道在目前的实际情况下他确有多聪明。”因此，我们所能做的就是看看这些扩大了我们视野的杰出的人，这些“奥林匹克金牌获得者”，看看他们能做到些什么。

马斯洛相信绝大多数人都有创造、自发、关心别人、好奇、不断成长、爱别人和被人爱的能力，以及自我实现者身上所具有的其他一切特点。一个人行为不善，是因为他的基本需要被剥夺才做出的反应。假如他的行为有所改善，那就是说他开始发展他的真正潜力，并向更健康、更正常的人看齐。弗洛

伊德告诉我们：每个人过去的经历都存在于他的现实之中。了解了发展理论及自我实现理论之后，我们必须懂得：未来也以理想、希望、责任、任务、计划、目标、尚未实现的潜力、使命、命运、归宿等形式存在于一个人的现实之中。

马斯洛鼓励他的研究生们把奋斗目标定得很高。他会问他们准备写出什么样的伟大著作，或完成什么样的伟大任务。这类问题往往会使学生们发窘，他们想回避这样的问题，但马斯洛问道："假如你打算做个心理学家，那么是做一个积极进取的心理学家呢，还是做一个消极被动的心理学家？是做一个好的心理学家呢，还是做一个差的心理学家？假如你不渴望写出伟大的新的第一流作品来，那么谁来写呢？假如你故意想偷懒，少花点力气，那么，我警告你，你今后的一生都会不幸。你将总是避开力所能及的事，避开自己有可能做到的事。"

一个人是要有点不知天高地厚的、辉煌的梦想，才敢说他将来要超过柏拉图。而把目标定得这么高的人必定也会有软弱的时刻，因为他知道自己是有不足之处的。但他应该意识到，柏拉图自己也肯定有过类似的怀疑、不确定、软弱的时刻，然而不管怎样，他还是奋斗下去了。马斯洛告诫我们，决不能对人的潜力怀有不切实际的想法。人的本质中是有一种发展的趋势，但是我们还必须认识到人的本质中还有一种相反的趋势，还有倒退、害怕发展、不能自我实现的趋势。

在研究自我实现的人时，马斯洛的发现之一是这样一个事实，即这些人都报告说他们有过他所说的"顶峰经验"——即处于最佳状态的时刻，感到敬畏、强烈的幸福、狂喜、完美或欣慰的时刻。显然，并非只有心理健康的人才会有顶峰经验，绝大多数的人也会有、而且也常常有顶峰经验。马斯洛发现，

向别人提出最好的一个问题就是要他描述“他一生中唯一最欣喜、最幸福、最完美的时刻”。

因此，顶峰经验是人的一生中最能发挥作用，感到坚强、自信、能完全支配自己的时刻。可以把顶峰经验比作一台发动机，突然间所有的汽缸都工作起来了，它运转极好，产生了从未有过的力量；而以往它也有过失误，老是啪啪作响，运转不灵。发明家、优秀运动员、领导者、总经理等，在他们处于发挥作用的顶峰状态时，就会出现这类行为。处于顶峰状态的人会比平时更有决断力，更坚强，更专心致志，更能经受得住别人的反对，对自己更有把握。对观察者来说，这个人看上去比平时更可靠，更可倚仗，更可信赖。

在治疗中有时也可能发现这样的时刻。卡尔·罗杰斯把顶峰经验描写成“充分作用”。在这一段完整统一的时间里，人会比平时更有自发性，更善于表达，并有一种超脱了过去及未来的感觉。在这些感到强烈幸福的时刻，怀疑、惧怕、禁忌、诱惑和软弱都不存在了——局促不安的感觉也一同消失了。

顶峰经验可由多种原因造成，倾听伟大的音乐，体育上的卓越成绩，一次完美的性交，甚至也可以是跳舞。“看来似乎每一次真正卓越、完美的经验，或者朝完全的公正或完美的价值前进了一步，都往往会产生顶峰经验。”

以下就是马斯洛博士记录下来的一些例子：“一个年轻的母亲在厨房里忙碌着，为她丈夫和孩子准备早餐。太阳光照进屋里，孩子们穿戴得整齐又干净，边吃着饭边喋喋不休地说着话。她丈夫正和孩子们随便说笑着。可是当她看着他们时，她突然陶醉于他们的美、自己对他们的巨大的爱以及自己的幸福感，以致进入了一种顶峰经验。

"一个靠为某一爵士乐队击鼓来挣钱读完医学院的年轻人几年后报告说，在他全部的击鼓生涯中，有三次击鼓时他进入顶峰状态，觉得自己象个伟大的击鼓手，而他的击鼓也表演得非常完美。

"一个女主人开了一个晚会，每一件事都进行得非常成功。那天晚上大家玩得十分开心，晚会结束了，她向最后一位客人道了晚安后，在一张椅子上坐下，看着四周的一片狼藉，进入了极度幸福欢欣的顶峰状态。"

进入顶峰状态的人不但觉得自己变得更好、更坚强、更统一了，而且在他眼里，整个世界看上去也更美好、更统一、更真实了。对一个普通人来说，一次顶峰经验可以说是对自我实现究竟是怎么回事的一瞥。马斯洛从大约一百个人的各式各样的描述中，列出了一些对顶峰经验来说通常用到的词，不管它们源于何处。这一系列词与自我实现者的存在价值相同。它们是："真、善、完整、对两极对立的超越、活跃、独特性、完美、必要性、完成、公正、秩序、单纯、丰富、自如、谐谑、自足。"

顶峰经验可能具有有益的治疗效果——即能消除神经症症状。马斯洛已从一些心理学家和其他人那里收到了好几份报告，说顶峰经验具有如此深刻的影响以致使某种病症永远消失了。在合适的条件下，这样的经验能使一个人发生永恒的变化。A.霍弗博士为了医治酗酒者，用了顶峰经验。音乐、视觉刺激、提示、麦斯卡灵、*和 L. S. D.**都用上了，使酗酒者有顶峰经验。大多数现已戒了酒的前酗酒者都报告说他们有过顶峰经验，而没有过顶峰经验的人几乎无一人能够改掉

---

*,** 麦斯卡灵和 L.S.D. 都是能引起幻觉的烈性药物。——译者

酗酒的陋习。

马斯洛博士发现大多数人都不会主动说起他们感到特别快乐的时刻。因为这可不是人们常常在大庭广众之下讲的那类经验。许多人感到窘迫或害羞，因为这些经验不“科学”。很多人在快乐的时刻或之后，都感到很幸运，心怀感激之情。结果他们会对别人、对整个世界产生爱，甚至会有一种要在这个世界上做点好事作为报偿的欲望。马斯洛发现顶峰经验带有几乎每个教派和每种信仰习惯上认为属于宗教经验的极大多数特点。每种宗教、每个时代、每种文化的人都用几乎相同的词语来描述这种神秘的经验，这不是很有意味的事吗？

威廉·詹姆斯称这些经验为“神秘经验”，并加以详细描述。马斯洛报告说，信教的人和认为自己不信教的人似乎都用极其相同的话来描述这些经验。于是他相信，把这一经验从超自然的含义中分离出来是可能的，因为它同时也是自然经验。作为无神论者的弗洛伊德也描述了这种经验，并称之为“大洋般的感受”。

马斯洛断言，在顶峰经验期间，人能更好地认识现实本身，在这种时刻他们能象许多哲学家和神学家那样洞察现实的统一的面目。

6 心理发展

马斯洛的另一个与潜力有关的概念是发展(growth)。经过多年研究，他得出了这么一个結论：向自我实现的发展是自然的，也是必要的。他这里所说的发展指的是天赋、能力、创造力、智慧以及性格的不断发展。发展就是越来越高的心理要求不断得到满足的过程。用马斯洛自己的话来说，"从人的天性中可以看出，人类总是不断地寻求一个更加充实的自我，追求更加完美的自我实现。从自然科学意义上说，这与一粒橡树种子迫切地希望长成橡树是相同的。"

有一个现象很好地证明了这一点：有了心理发展才会有心理健康；那些在心理上没能跟上生理成长的人，往往会呈现出心理和生理上的病态来。

正统的行为主义学说认为，人类总是在为解除紧张状态而寻求一种平静，因此，人类绝大部分行为都可以用"缓和紧张"的动机来解释。弗洛伊德也相信这种"缓和紧张"以及"快乐-痛苦"原则。他认为人类总是不断地在追求快乐，避免痛苦。然而马斯洛却指出，越来越多的心理学家和行为科学家都不得不承认，人类天性中有一种寻求发展和自我实现的倾

向，因为仅仅用“缓和紧张”来解释人类行为是无法自圆其说的。马斯洛曾这么说：“如果人类行为的动机只是被动地克服令人烦恼的紧张，如果缓和紧张的最终目的只是被动地等待更多的紧张的到来，再去克服它们的话，那么还谈得上什么变化、发展、运动、前进呢？人类还有什么必要去进步，让自己变得更富于智慧呢？又怎么谈得上对生命的热望呢？”

从历史上看，历代许多睿智的思想家，如柏拉图、亚里士多德、柏格森，以及其他著名哲学家、精神分析学家、心理学家都得出过类似的结论。马斯洛说：“所有的证据（大部分是医学上的证据，但现在也已有了其他方面研究的证据）都表明，实际上每一个人（无疑也包括几乎每一个新生儿）都具有一种对健康的积极向往，一种希望发展，或希望人的各种潜力都得到实现的冲动。”

人类有发展的能力，但是根据马斯洛的研究，甚至在美国这样相对来说比较自由的社会里也只有很少的一部分人接近于各方面潜力的完全实现。对于为什么有那么多的人没能发展，马斯洛提出了几条理由：

1．正如我们上面所提到的，人类向往发展的本能是比较弱的。因此，坏习惯、贫乏的文化环境、缺乏能力，甚至错误的教育都能使这种发展的趋向受阻。

2．西方文化向来有惧怕本能的传统，即把本能看成是动物性的、邪恶的。弗洛伊德和许多基督教神学家们都强调人类本能邪恶的一面，因此，我们的文化总是强调克制、抵抗本能，而不是鼓励本能。

3．还有一种来自寻求安全的较低级需要的消极影响。发展的过程需要人时刻准备冒险、犯错误、改变习惯。马斯洛说：

“人可以作出选择，回头是安全，前进则会发展；人必须一而再、再而三地选择发展；一而再、再而三地克服恐惧。”“所有引起恐惧和焦虑的因素都会打破倒退与发展之间的平衡，使之变成倒退和停滞不前。”处于和平、安全和友爱的环境中的孩子很容易发展，并容易懂得发展的过程。但处于不安全环境的孩子却总是渴求稳定和安全。甚至一个健康的孩子到了一个陌生的环境也会变得小心翼翼，不敢轻举妄动。

4．马斯洛进一步探讨了他所谓的“约拿情结”*：成年人总是怀疑甚至害怕自己的能力。“我们害怕自己的潜力所能达到的最高水平（当然也害怕最低水平）。在我们最得意的时刻，处在最得意的条件下，在我们最雄心勃勃的瞬间，我们能够想象到自我实现的光辉情景。但我们通常总是害怕那个时刻的到来。在这种顶峰时刻，我们为自身存在着某种上帝般完美的可能性而心神荡漾，但同时我们又会为这种可能性而感到害怕、软弱和震惊。”

一个发展中的人总是不断地向自己提出挑战。这就需要勇气。当人进入一个新的、更好的环境中时，不免会产生一种无能的、不自在的感觉，而有些人永远也克服不了这种感觉。发展所带来的快乐需要以努力、自律和一定程度的痛苦为前提。持弗洛伊德观点的人，即只想得到快乐而不愿付出痛苦的人，大概不那么容易发展。弗洛伊德所观察到的现象显然在许多人身上都存在，尤其在他研究的那些精神不健全的人身上存在。

---

* 约拿(Jonah)：《圣经》中的人物。《旧约》记叙道：约拿逃避职责，不去传道，被鲸鱼吞入腹中三天三夜，他在鲸鱼腹中向神呼救许愿，神便命鲸鱼将他吐出来。——译者

5. 一个人所处的文化背景常常会影响人的自我实现。比如人们常在说怎样才算有男子汉气，怎样便是没有男子汉气。同情、善良、温柔等人类天性往往因受到约束而得不到发展，因为整个文化都认为这些品质不是男子汉的标志。

6. 我们前面已提到过这么一个事实：科学家们发现，达到了自我实现的人比一般人更灵活，对新事物更敏感，更易接受。由此可以推断，习惯是发展的大敌。大部分人都容易墨守成规。这本身倒并不是坏事，因为有些习惯可以帮助我们的头脑全神贯注于某项活动。但肯定还有一些很久以前养成的习惯，一旦形成之后人们就会盲目地遵循它们。这就往往限制了个人的发展。"无论对于世上某些一成不变的事物来说，习惯何等有用，但是当着要去应付世上一些不断变化和波动着的事物的时候，习惯显然就成了障碍和阻力，它影响我们去适应新的、独特的、从未碰到过的情况……对神经不正常的人来说，是否能抓住熟悉的过去是一件生死攸关的事。一般的精神病患者都缺乏健康人对新奇的、尚不为人所知的事物的兴趣，即使有的话，也是处于最低水平上的。"

我们在谈到发展为何会失败时，已经暗示了发展的方法。对于处在健康环境下的健康的孩子，只要鼓励他们去探求，给他们以吃一堑长一智的机会，他们就能发展。对于成人也是这样。过分的溺爱和娇生惯养很容易成为发展的障碍。人应该学会自己来作出选择，如果老是由别人来替他决定，他自然就难以发展。马斯洛认为，发展需要付出一定的痛苦和悲哀。我们应该学会放手让孩子或大人去经历这种痛苦的、但有益的体验。

最近，马斯洛又提出了另一个理由说明人何以常常不能

发展其潜力。通过对齐普夫博士的研究的总结和自己的观察，马斯洛发现人身上有一种"惰性"，也就是齐普夫博士所说的"最少努力原则"。

自知之明和自我理解在马斯洛看来是通向自我实现的最重要的途径——这个过程或者受到父母、教师、文化环境的促进，或者受到他们的阻碍。懂得发展过程的专业医师在这方面能提供极大的帮助。当一个人理解了自己，他就会懂得自己最根本的需要和动机是什么，并学会以一种能使它们得到满足的方式去行动。自我理解也可以帮助一个人去理解别人，同别人相处。如果说，全人类最本质的需要都是相同的，那么通过自我理解就可以达到对全人类的理解。

勇气、自信和自尊的发展对于人的持续发展是极端重要的。马斯洛通过对布兰代斯学院研究生的实验得出这样的结论：自由、不受约束对于有些人的发展是有益的，但对另一些人则起到相反的作用。这就是他所谓的"分野原则"——这个原则要么造就了他们，要么毁了他们。对于已经在健康发展的个人来说，压力和挑战有助于发展；但对那些惶惶不可终日的、软弱的人来说，则恰恰相反。因为，显而易见，只有当挑战没有超过人们能力的限度时，挑战才是有益的。马斯洛这样总结道，"这就是说，我们还必须对纪律的好处、溺爱的坏处、失望的好处、艰苦的好处、挑战的好处等等作进一步的研究。"

自我实现的人免不了要有一定的自我约束和一定的自我控制。不过这一切都应由他自己给自己规定，这要比由外界强加到他身上好得多。然而，随着人自身的发展，对控制的需要也越来越少，人的行为变得更加自然。正如艺术家刻苦

练笔，直到掌握了所有的技巧，他的艺术就成熟到了无拘无束、顺乎自然的境地一样。马斯洛相信绝大多数的宗教和道德哲学都过分强调控制力与意志力，过于忽视自我理解与自发性。例如亚里士多德在建议把人的各种能力按梯级形式排列时，就把理性放在顶层。而马斯洛却认为，对健康的人的主观感觉，我们必须给予更多的承认和尊敬。

显而易见，受到别人爱的人，尤其在孩提时代受到爱的人，往往更容易健康地发展，而被剥夺了爱的人则往往不能。现在几乎所有的思想学派都倾向于赞同这个观点。

衣、食、住这些低等需要得到满足并不能保证一个人的发展。“我百思不得其解，为什么富裕使一些人发展，而使另一些人停留在‘物质主义’的水平上……也许我们有必要在自我实现者的定义上再加一条，即他不仅(1)身体健康，(2)基本需要得到满足，(3)能积极地发挥能力，而且(4)忠实于一些他正在为之奋斗或摸索着的价值。”

弗洛伊德通常蔑视价值观念。对他来说正确的行为就是不受限制的行为——即不受限制地实现动物的生存本能。而行为主义者和绝大多数行为科学家则认为价值观念不属于对人类本性的科学研究范围。对大多数科学家来说，科学与道德相对论是同义的。

在健康的环境里，发展是值得的，健全的个人就是为此而发展的。人们越是发展，就越希望更进一步发展。“……一刻不停的发展本身就完全是有益的、令人愉快的。”令马斯洛痛心的是，我们现代人的典范已成为一种“四平八稳”的人……除了我们的时代之外，每个时代都有它的英雄典范。我们的文化把圣人、英雄、绅士、骑士、神秘之人都一扫而空，取而代之

的是一个毫无问题、四平八稳的人，一个值得怀疑的、苍白的替代者。也许很快我们就会把自我发展、自我实现的人作为我们的典范：他的潜力能充分发挥，他的内在本性能自然表露，而不是被扭曲、压抑或得不到承认。

7 第三思潮的教育

马斯洛博士对人的行为的各个方面都有兴趣，而且他还有着做父亲的经验，因此，关于儿童发展，他有很多话可说，这是一点也不奇怪的。

三种理论都认识到了早年时期对一个人性格形成具有重要意义。而且，越来越多的心理学家和精神病学家都认识到了父母与儿童关系中爱和尊敬的重要性，虽然他们的理论根据各不相同。马斯洛说：假如父母用爱和尊敬来对待他的孩子，那么，尽管他们可能会犯很多错误，但他们望子成龙的想法却会如愿以偿。他推崇的那种培养幼儿的方法确切地说就是给孩子以有限度的自由的方法。他认识到对孩子完全放任自流或过分溺爱是危险的。但同时他又认识到，独裁专制的父母压服、控制或过分保护孩子直到他失去了发展自己个性的能力，这种做法也是极其有害的。成功的父母需要知道什么时候应该对孩子说“行”，什么时候应该说“不”。正如马斯洛指出的那样，越来越多的事实证明，一个孩子如果是健康的话，就会有一种“内在的智慧”，这使他能选择合适的饮食，知道何时该断奶了，知道需要多少睡眠，知道什么时候可以开始培养

卫生习惯，等等。他说，我们懂得的是"让婴儿来作选择，让他来决定。我们既给他流体食物，也给他固体食物。假如固体食物令他感兴趣，他同时也就自然而然地给自己断奶了。同样，我们也学会了让孩子告诉我们什么时候他需要爱、保护、尊敬或控制，而同时又给他创造一种自在的、令人心满意足的气氛"。

马斯洛教授解释道，这并不意味着在所有情况下或对所有的孩子都要放纵。这种做法对健康的孩子来说是可行的，但对那些性格上已有问题的孩子就行不通了。弗洛伊德的理论认为：每个儿童都抵制变化和发展，因而需要不断地把他从舒适的状况中拖出来或踢出去，让他进到一个新的、令人害怕的环境里。马斯洛坚决反对这种观念。这种理论虽然对缺乏安全感的、心怀恐惧的孩子是适用的，但对健康的孩子却不适用。"通过观察儿童，这一事实变得越来越显而易见：健康的儿童是乐于发展、前进，乐于提高技巧与能力，乐于增强力量的。"

培养儿童时，既要给他更多的自由，同时又要教他遵守纪律，尊敬他人——这是一个价值体系。

马斯洛 1960 年在《哈珀杂志》上发表的一篇文章比较了美国与墨西哥在儿童培养和违法犯罪方面的情况。他指出，墨西哥的少年违法、损坏公共财产以及破坏行为比美国少，在那里少年结帮攻击成人的事几乎闻所未闻。对这一现象，美国社会学家（行为主义者）通常的解释似乎并不适用，因为墨西哥儿童生活必需品的匮乏几乎已到了饥荒的程度。马斯洛相信，在墨西哥的文化中，关于价值与是非，有着更多的一致观点；正因为成人没什么迷惑不清的，所以儿童长大了也很少有

什么内心迷茫。父亲是一家之长，他会果断地制定一套行为准则，对此，妻子是全力支持的，所以孩子也只好服从。“相比之下，美国的父母却是迷茫的、不确定的、负疚的、内心充满冲突的。过去的传统一去不返了，而新的传统还有待建立。”

在墨西哥的文化中，习惯上总是由男性成人制定一些行为、是非准则。而近年来，在很多情况下，美国的父亲们总倾向于放弃他们为孩子去建设这个世界的职责。这往往会导致他们的孩子不安、焦急、常常充满仇恨。孩子会对父母产生蔑视和怨愤的情绪，尤其是对父亲，因为是他扰乱了孩子对秩序和价值的需要。在这样的情况下，孩子就会从其他来源寻求庇护——这来源可能是其他孩子，通常是年龄大一些的孩子。孩子需要有发展、学习、发现自我、提高技能的自由；但他同时还需要准则和限制，以给他安全感；需要有机会学习、控制、批评、忍受挫折以及使自己变得自律起来。“只有对能自律的、能负责的人，我们才能说，就按你的意愿去做吧，那样可能是对的。”

孩子需要学会用适当的方式来满足他的基本需要；他必须懂得其他人也应有机会满足他们的需要。恰当的教育过程应该关心孩子的成长与发展，而不只是为了大人的方便来管束他、压制他。马斯洛说，我们必须更多地学会如何教孩子变得有力量、自尊、有义愤、反抗统治和剥削、抵制宣传与谎言。

正式和非正式的教育，对一个人性格的发展都起着重要的作用。我们需要了解怎样做才能最好地达到教育的目的——是在课堂里，通过书本、讲座、问答教学法、传道呢，还是通过爱、尊敬以及恰当的态度。最初的两年非常重要。孩子

在早期的这几年感到坚强、安全，那么将来面对威胁时，他就会保持这种坚强、安全的感觉。

一般基本需要被剥夺的孩子“会尽他所能想得出的各种各样孩子气的方式，不断地要求得到崇拜、安全、自主权和爱。老于世故的成年人见到这种情况，通常会说：‘哦，他仅仅是在出风头，’或者，‘他只是想引人注目而已，’这样就把他从成年人那里赶了出去。这就是说，成人总习惯于把这一点理解为一种定规：不要给孩子他想要得到的东西，别注意他，别欣赏他，别为他鼓掌。

“然而，假如我们能把这种对爱、欣赏和希望被他人接受的要求看作是与对饥饿、干渴、寒冷和痛苦的诉说同样合法的要求，那么我们就会自动变得愿意满足他们的需要，而不是老让他们受挫折。这样一种方式的唯一后果就是孩子、父母皆大欢喜。”这完全不同于马斯洛所描述的“当前以孩子为中心的潮流”，这股潮流是指不管孩子什么时候提出什么样的要求，父母都不加拒绝。即使应该拒绝，父母也害怕这么说了会使孩子受到挫折。“在美国，父亲不但害怕他妻子，而且还害怕他的孩子（因而通常也害怕惩罚、拒绝、挫伤孩子）。”

父母必须防止过分保护、溺爱孩子，以致孩子无需费吹灰之力，他的每一个需要就得到满足。这样，孩子的力量及自主能力是不可能有所发展的。它倒很可能会导致孩子老是支配别人，却不尊敬别人。这种溺爱表现了对孩子及其潜力的发展缺少尊重。这种环境下的孩子很可能会变成一个废物。

受到过分保护、缺少安全感的孩子往往离不开母亲。因为母亲代表安全和保护；不过，正因为这一点，孩子就不敢去探索、冒险、学习、发展。“大量的材料都表明，只要母亲真心地、

诚挚地爱她的孩子，她实际上可以用任何一种方式对待孩子，打他，刮他耳光等等，而那孩子将来仍会有出息的。”一个好的家长往往具有优秀领导者的一些特点，有足够的个人力量，“乐于见到其他人有所发展及达到了自我实现……假如非得给父亲下定义的话，简单说来，那就应该类似于我给一个完美的老板下的定义”。父亲应该对他的妻子及家庭诚实坦白，可是，有时他也需要只让自己知道他的烦恼、疑惑、害怕、焦虑，而不是把他的弱点都向他的家人坦白。

自我实现的人发现做一个好家长并非总是一件容易的事；这种人自己很有能力，这本身就可能使他的孩子们泄气。马斯洛博士说，绝大多数儿童心理学家都过分强调儿童对爱的需要。他说，只强调说孩子表现得好是为了得到父母的爱，是不够的。孩子们因为爱父母而表现得很好，这一点同样正确。只要不是溺爱，那么对孩子再爱也不会过分。他说：“一个孩子如果没有得到过足够的爱，那么很显然，最佳的治疗方法就是始终不渝地爱他，使爱洋溢他的全身。临床经验及人们普遍的经验表明这样做是有效的。”

马斯洛摈弃了弗洛伊德心理学的这样一种倾向，即总喜欢把幼儿说成是自私的、破坏性的、侵略性的、不合作的。他说，正常的孩子也会有仇恨与破坏行为，也有自私，但他们同样也能做到慷慨、合作、无私。他们更多地显示第一种倾向，还是更多地显示第二种倾向，这要看他们成长的环境如何。假如他们感到不安、恐惧，基本需要得不到满足，那么他们的消极面就会占统治地位。如果他们得到了爱和尊敬，那么他们的行为中破坏性、侵略性的成份就较少。然而在某种情况下，不屈服、不顺从倒可能是健康的行为，而不是不健康的行为。

“儿童的违法犯罪及行为不端很可能代表了精神上、生理上对剥削和不公正现象的合法反抗。”

健康的孩子好奇心很强。事实上，假如孩子缺少好奇心倒是一种病态的表现。“大家（既有受过训练的观察者，也有父母亲们）似乎都认为儿童在很早的时期就表现出好奇心，而把这种行为解释成某种内在的动力是再恰当不过的……”

第三思潮心理学理论要求有一种新的教育。这种教育将更强调人的潜力之发展，尤其是那种成为一个真正的人的潜力；强调理解自己和他人并与他人很好相处；强调满足人的基本需要；强调向自我实现的发展。这种教育将帮助“人尽其所能成为最好的人”。

我们现在的教育机构和教育方法与马斯洛博士所设计的图景还有很大差距。教育过程应该关心学生的自律能力、自发性和创造性这三方面的同时发展。学生需要懂得：爱国主义、民主精神及社会进步等豪言壮语意味着人们为达到某一目标一小时接一小时、一天又一天地工作。他说，有必要“让人们学会直接地用新鲜的目光检验现实”。即使是大学研究生也没有足够的机会做现场观察，他们所受到的教育，越来越多地成了“对别人的实践结果”的研究，而不是直接研究自己的“实践结果”。“其实，经验是不可由别人代为获取的，根本不可能”。

教育过程几乎总是降低而不是提高了直觉和创造性，尽管也有人是通过教育获得这些特点的。“有些博士是‘领有执照的傻瓜’。”教育过程应该少关心些方法，多关心些结果，关心理解力、判断力、良好情趣与生活知识的发展。各大学总是更强调有关教学方法的课程，而不强调有关实际教学经验的

课程；过多强调理论，过少顾及实践。"教室果真是最好的受教育的地方吗？所有的知识果真都能用语言来传达吗？都能写入书中吗？都能通过讲课说出来吗？知识果真都可以用笔头测验的方法来衡量吗？无论哪个母亲都得遵从随便哪个儿童心理学家的话吗？牧师能主管所有的宗教体验吗？"

课堂教学应与生活相结合。学生应学会如何发展，学会区分好坏，认清什么是有益的，什么是有害的，应该选择什么，不该选择什么。要获得聪明才智，变得成熟，情趣高雅以及有性格特点，需要经过实际体验，尝试错误、成功、失败、沮丧、痛苦、结婚、生儿育女。所有这一切都是整个学习过程中很重要的部分。

理论与经验、实践相分离是很危险的。另一方面，务实的人如果不懂理论也会给自身带来障碍。甚至有了这两方面知识而缺少第三方面的知识，也是不够的。这第三方面知识就是对自己的认识，对自己的理解，主观感受的能力。要想健康地发展，所有这几方面的知识都是必不可少的。"苏格拉底教导人们：说到底，邪恶的行为来自无知。我这里想说的是，良好的行为需要有良好的知识作为前提，而且，良好行为或许就是良好知识的一个必然结果。"

就个人而言，马斯洛发现精神分析是非常有效的。结婚前他曾对生活感到压抑，是精神分析帮助他克服了这一点，从而使他获得了对自己的洞察力和理解。精神分析使他变得孩子气更少，更成熟了。然而，他知道精神分析本身并不会带来奇迹，最终得由自我分析来取代。

心理学不断与抵抗真理的现象作斗争。人类常常不顾一切地想尽办法回避似乎有害于自我的真理。勇气与内心统一

是一个向往心理发展的人身上的重要特征。“体验上的匮乏”是马斯洛在描述某些人不能感受他们的内心信号时所用的词语。“体验丰富”的人有很强的自我认识。需要灌输给人们的，需要他们加以发展的，正是体验丰富这一特征。因为正如马斯洛所说的，“……在我们自己的内心里我们熟视无睹、置若罔闻的东西，正是在外部世界里我们熟视无睹、置若罔闻的东西，无论这些被我们忽视的东西是幽默，是诗情画意，是对美的敏感，是最初的创造，还是诸如此类的东西。”当整个教育过程发挥良好作用时，学生就会发现越来越多的关于自己、关于他人以及关于整个物质世界的真理，而且，他能在外部世界里看到越来越多的统一，并且自身也变得越来越统一起来。

8 精神疾病

对于精神疾病，马斯洛的看法与许多正统心理学家、精神病学家的看法大相径庭。假如能给精神健康下个定义，并且说它是整个人类所具有的特点，那么，无论我们把精神的疾病叫做神经症，叫做精神病，还是叫做别的什么，它都可以被看作是一种失败，即无能力达到精神健康状态。因此精神疾病是一种缺乏症，病人没有能力认识并满足自己人皆有之的需要。

马斯洛十二年临床实践及二十多年的研究所积累的材料表明，绝大多数神经症是由于病人得不到安全感，在与他人的关系中得不到尊敬与承认，没有一种归属感所造成的。满足基本需要对成功地治疗或减轻神经症具有首要作用这一事实，为马斯洛的第三思潮心理学提供了绝好的佐证。换句话说，心理病态的人就是从来也没学会跟他人建立良好的人际关系的人。直觉方面的需要很容易被忽视，从这一点说，这类需要是微弱的。但是从另一意义上说，它们又是很强烈的，因为不满足这些需要就会导致心理问题。以前的绝大多数理论，尤其是弗洛伊德和行为主义学派的理论，非常倚重关于精神

挫折的概念；而他们通常又把精神挫折简单地归结为人的欲望没得到满足，归结为希望因受到干扰而没有得到实现。马斯洛说："有一种缺失对有机体并不重要（可以很容易地用别的东西来代替它，对人也不会造成严重影响），而另一种缺失会危及一个人的性格、他整个一生的目标、他的防御系统、他的自尊、他的自我实现，也就是说会危及他的基本需要。对这两种不同的缺失，弗洛伊德和行为主义学派的关于精神挫折的定义并没能加以区分。而我们认为只有会造成威胁的那一种缺失才会严重地、往往是有害地影响个人，而这就是通常所说的一般精神挫折。"

相应的神经症理论也没有清楚地解释为什么有些精神上的挫折是有危害的，而另一些却没有；为什么有些内心冲突会导致精神变态，而另一些却不会。即使是"神经症"这个词也不再是合适的，因为它指的是神经系统的疾病，而且是以医学为基础，不是以心理学为基础的。假如成熟可以被解释为充分的人性，那么精神疾病还是解释成人性的退缩而不是神经症为好——因为精神上的毛病就是个人发展上的各种失败。因此，马斯洛博士建议："最好把各种神经症看作是与精神错乱、丧失意义、对生活产生怀疑、对失去的爱产生悲伤和愤恨情绪、对未来感到失望、不再自爱、认为自己虚度一生或意识到不再会有欢乐和爱的可能等等联系在一起的。所有这一切都是充分的、健全的人性的丧失。"

以前按物理学的"科学"模式总结出来的有关精神错乱的绝大多数理论，总是企图无视人的主观感觉——人的感情、焦虑和挫折。然而，正是在这一领域里神经症患者为无视他自己的需要——这些需要也同样为科学家们无视并否认——而

付出了最高的代价。"神经症患者不但在主观上为他那徒劳的企图（忽视他自己的人性）而付出了巨大的代价，而且具有讽刺意味的是，他的思想越来越贫乏。"

这样的人从身体上说是成熟的，但从心理上说却迟钝得很。他们从来也没有改变过他们孩提时代起就形成的态度。一个患神经症的成人做起事来仍好象害怕被打屁股似的。那些才能得不到发挥，生活无聊乏味，从未为如何与他人相处想出可行方法的人，在他们的潜意识中也知道这么做是错待自己了。正因为这一点，他们才患上"神经症"。

精神病理学的这种观点与医学上的观点有很大的不同。医学理论认为精神疾病是因为有一种病毒或别的什么东西由外界侵入人体所致，它与患者的行为无关。这种理论的潜台词就是对这种患者基本上是无能为力的；这病不是他引起的，所以他也没办法纠正它。他只能消极无为地等待医生给他对症下药，就象医麻疹病一样。

精神健康、自我实现的人的一个很重要的特点就是他能以现实的态度认识世界。相反，精神错乱的人不但感情上有毛病，连他的认识也是错误的。这种对精神错乱的描述为英国精神分析学家莫尼-凯尔的理论所证实。他说，看来应该意识到神经症患者不但相对地说来是无能的，而且绝对地说来也是如此，因为他对现实的认识是错乱的。

用马斯洛的话来说，从这一观点来看，神经症、精神病以及成长受到障碍等等也都是认识上的病症，它们毒化了人的认识、学识、记忆力、注意力和思维。

如果一个人让他的欲望扭曲了他的认识，他就会损害他的心理健康。一个真正成熟的人会以事物的真实面目看待它，

而不是按自己所希望的样子来看待它。神经症也可以被看作是无能力作出明智的选择，即不能让所作出的选择去顺应自己真实的心理需要。人可以分为善于作选择的人和不善于作选择的人，正象小鸡一样。认识能力差的人可能会年复一年地相信虚假的东西，尽管事物的真相一直就在他面前。

身心方面的研究一次又一次显示了恐惧、焦虑、担心及不安往往会导致有害于身心的结果。这些焦虑、紧张及恐慌态度是因对安全的需要受到挫折而引起的。临床观察表明感到安全的人与无法克服其恐慌的人有显著的不同。马斯洛说患神经症的成人的举止一直会象个不安静的小孩。

根据这一点，弗洛伊德作出了一个最伟大的发现：害怕及罪恶感是大多数精神疾病的根源。然而借助于许多新的知识，弗洛伊德的观察结论就有了一种全新的含义。马斯洛发现患者确实压抑、禁锢了自己，他们对自己感到畏惧。这种畏惧是因为对自己不了解。不过，有两种罪恶感：一种是真正的罪恶感，它是因人们没有正视自己的心理需要而引起的，所以这种罪恶感是必要的、有理由的；另一种是神经症的罪恶感，弗洛伊德注意的就是这种罪恶感，它是指某人具有害怕别人意见与别人反对的倾向。

真正的罪恶感能起到一种有益的作用：它能引导人们发展自己；它的作用就如人的良心所起的作用一样。因真正的罪恶感而产生的痛苦能使人明白他做了些对他有害的事。如弗洛伊德所说的那样，一个深感不安的人的一举一动就象丛林中的一头动物的举动。在他看来，这个世界是个危险的地方，里面尽是些要么由他统治，要么统治他的人。这种人的价值观与他的世界观也是一脉相承的。在很多神经症患者眼里，

世界是个邪恶的地方，充满了危险、威胁、屈辱和冷漠。有不安感的人往往做起事来会使他们的不安更趋恶化。他们的行事方式使人们不喜欢他们，排斥他们，这使得他们更觉不安，作出更不安的举动——以致形成一种恶性循环。

这种不安感可以有多种表现方式。其中有些人会表现得腼腆、内向；另一些人则表现得充满仇恨、到处冲撞、气势汹汹。一个人可以因感到不安而把他个人的问题看成是全球性的问题，从而成了政治上的极端分子。然而也有一种完全不同的极端主义者：有安全感，也生活得幸福、满足，只是深深地关怀着别人的命运。"一般有不安感的人总有一种对力量的需要，不过这种要求可以有多种不同的表现方式，比如过分的野心，过于冲撞，占有欲强，贪财，过于争强好胜，易产生偏见及仇恨等等；或者表现得完全相反，如低声下气，唯唯诺诺，有受虐狂的倾向，等等。"

人需要发展并运用他们所具有的才赋，以便自己发展并达到自我实现——这就是精神健康。我们前面提到过马斯洛发现了很多情况完全相反的临床例子。他发现"聪明的人过着愚蠢的生活"，以致自己变得百无聊赖，心灰意懒，自己讨厌自己，甚至弄到身体垮掉的地步。这种情况在那些聪明的、风华正茂但又无所事事的妇女身上尤为突出；她们往往会有以上提到的所有症状。马斯洛博士发现当她们按他的建议"让自己沉浸于某件值得做的事情上时"，她们的情况往往会有明显的改善，甚至有些人身上所有的症状会消失殆尽。当人们有了值得为之奋斗的目标时，他们的生活就变得有意义了，再艰苦的工作他们也会去做。可是，当一个人的工作无聊时，他的生活也会变得无聊。与这种情况有密切联系的是马斯洛所说

的智力饥荒。聪明的人需要满足他们自然而然的好奇心，做不到这点就会导致心理变态的结果。

神经症可以说是因为某人不顾一切想要满足自己的基本需要却又没有成功而导致的。这与弗洛伊德的观点相去甚远。弗洛伊德认为神经症是力求满足没有实现的需要的一种企图，但他没有分清哪些需要是合法的，哪些是不合法的。马斯洛指出，临床经验表明，满足合理需要与满足病态需要之间有着重大区别。满足一个病态的需要不会带来真正的快乐，只会有暂时的轻松而已。这种需要是"无法控制的、固执的、强迫的、无理性的"。它不是人的内在核心的一部分，而是对内在核心的一种入侵或对它的防范。满足病态需要不会使人有所发展，相反会使他的能力丧失。

"满足病态需要不会象满足人固有的基本需要那样使一个人变得健康。即使给一个神经症患者他所想望的所有权力也不会使他的神经症有所减轻，而且也不能平息他对权力的病态需要。不管如何去满足他，他仍会觉得饥渴如故。患者的病态需要得到满足或是受到挫折都不会给他们的健康带来什么变化。

"而对安全与爱这类需要，情况就完全不同了。满足这类需要确实会使人健康。这种需要得到满足后就会平息；而受到挫折就会使人生病。"

因为神经症患者缺乏自我认识，所以，尽管他们一再努力想应付现实，无奈他们病态的举动怎么也不能使他们得到随心所欲的东西。结果，他们很可能陷于深深的绝望之中并干脆放弃了努力。马斯洛相信，精神分裂症患者的淡漠很可能就是完全沮丧和绝望的表现。

每个人的内心都有着成熟与不成熟之间的冲突，有着责任心与不负责任的寻乐之间的冲突，有着冲动与控制、个人欲望与社会要求之间的冲突。这种个人内心的冲突会导致人与人之间的冲突。人与人之间难以沟通是个人内心难以沟通的副产品。正如马斯洛所说的："这种人与人之间的重重矛盾是与每个人内心的一种类似的冲突相一致的。害怕与勇气、防卫与发展、病态与健康的斗争也就是一种永恒的内心斗争。"

目前还没有足够的研究结果来表明人的基本需要是否会永远地、完全地消失。对鸡做的一些"给人印象深刻"的实验似乎表明，它们反射系统中的本能会减弱甚至于完全消失。这些实验表明，自小鸡出生后不久就不让它们啄食东西，它们后来就会丧失用嘴啄食的能力。这种能力的丧失显然是永恒的、无法恢复的。马斯洛说："婴儿出生后的头十八个月里，如果不是生活于一个充满友爱关系的环境中，那么长大后他们可能会有心理病态，无法爱别人，也不会需要别人的爱。"另一方面他又相信，尽管神经症患者身上有很多力量会损害他"机体的智慧"，但是这种智慧似乎永远不可能丧失殆尽。

按照完全被接受类到完全被排斥类而把一组幼儿分成几个等级，人们会发现，被部分排斥的这类幼儿的一举一动表现出对爱有强烈的需要，而自早年生活起就被完全排斥的这一类孩子就没有表现出对爱的强烈需要，而是显得冷漠。

心理变态者就是各种需要被剥夺殆尽的那种人。"简而言之，他们可说是没有良知，没有内疚，没有羞耻，也不爱他人。他们没有任何禁忌、约束，所以便为所欲为。他们往往容易变成伪造者、骗子、妓女、一夫多妻者。他们不是靠努力工作来挣钱维持生活，而是靠耍他们的小聪明来过日子。这些人自己

欠缺之处太多，所以大多不能理解他人的良心折磨、悔恨、无私的爱、同情、怜悯、内疚、羞耻及窘迫。你自己心中没有的，你就认识不到，理解不了。”从另一方面说，心理变态者对他人身上的变态因素特别敏感。他们会瞅准并利用不诚实、贪婪和行骗的倾向，并靠这些缺点来谋生。

基本需要理论有助于解释一些看上去功成名就者的行为。如一个获取了政治权力的人也许干得很成功，但是正因为他是出于病态性质的需要而谋取这些权力的，所以整个社会应对这种人严加提防。他们对权力的需要是势不可当的，而且是永远不会平息的。另有一些人，他们已是腰缠万贯，其所有物质需要也都已得到满足，可是仍想追求更多的钱财。这样的人看上去很成功，实际上却有着神经症，因为，单单聚财并不能满足他们的需要，不能满足他们实际存在的却未认识到的对尊敬和赞许的需要。

基本需要理论还澄清了另一个古老的问题：性需要的剥夺真如弗洛伊德所相信的那样，是所有神经症症状的起因吗？马斯洛写道：“众所周知，现在有很多事例表明独身与心理变态并无因果关系。而又有很多例子表明独身对一个人的心理确实有不良影响。什么因素可以决定这两种不同的结果呢？对没有神经症的人作的临床实验清楚地说明，只有当一个人觉得性需要的剥夺代表着异性对他的排斥，代表他低人一等、一文不值、得不到尊敬、感到孤单或其他基本需要方面受到的挫折时，性需要的剥夺才会真正使人发病。一个人不把性需要的剥夺看作有诸如此类的含义，那么他忍受起来就会相对容易些。”

马斯洛关于基本的、人皆有之的、不变的心理需要的理论

所阐述的一切，清楚地解释了神经症和精神变态究竟是什么，不管看上去它们的症状有多么复杂多变。

侵犯行为

我们的社会对暴力和侵犯行为的激增已日益关注。所以马斯洛博士在他的关于人类动机的综合性理论中特别谈到了这一方面的行为，也就不足为奇了。

他提出的第一点是：尽管人们对此问题作了大量讨论与分析，然而却很少有人做过脚踏实地的悉心研究。关于侵犯行为的理论大致可分两大类：一类相信这种行为是本能的，是人类天性中固有的；另一类持反对意见。马斯洛毫无疑问是持第二种观点的，尽管他也承认目前还没有足够的证据可以下定论。许多行为科学家，特别是弗洛伊德，把仇恨和侵犯行为说成是人性中所固有的。这一点是根据对动物的观察得出的。因为动物是相互侵犯、破坏成性的；而人也是一种动物，所以他对暴力也会有一种本能的爱好。马斯洛驳斥了这种推理。

马斯洛指出，首先尽管有一些动物具有侵犯性，但许多动物却不是这样的。事实上，动物王国中同一种动物内部成员间的暴力和侵犯行为与其说是规律，不如说是例外。而且，那些与人关系最近的动物几乎没有本能的侵犯行为。猴子尤其如此。马斯洛曾在大学里研究猴子并作了实验。他发现如黑猩猩实际上就没有过为侵犯而侵犯的行为。然而马斯洛也的确承认，对某些个别的动物和某些种类的动物来说，暴力和侵

犯行为似乎成了它们的特性。他还谈到在实验室里对一些老鼠进行的研究。那些老鼠的行为似乎表明凶恶残暴可以是生而有之并且代代相传的。

人类学家发现暴力和仇恨的程度在有些原始文化中可以是零，而在另一些文化群落中却可以达到百分之一百。“阿拉派什人（the Arapesh）是那样温和、友爱、互让，以致他们得费好大力气才能找到一个有一点个人意志的人来主持他们的各种仪式。而在另一个极端，也可以发现象楚克奇（Chukchi）和多布（Dobu）那样的民族，他们互相憎恨到了极点，以致人们不明白究竟为什么他们才没有互相斩尽杀绝。”

马斯洛对北部黑足印第安人的研究使他确信，侵犯行为的根源在于文化而不在于遗传。他发现这些印第安人根本不知侵犯为何物，尽管这个民族很骄傲、坚强，有自力更生的精神。他还发现即使是喝了酒受酒精影响后，这些印第安人也往往是变得欢快、友好，而不是互相冲撞。

侵犯行为是基本心理需要受到挫折、或无力满足基本心理需要时的一种反应。一个学会理解自己及他人的健康人不会诉诸暴力、侵犯或破坏，尽管他完全有能力保卫自己。健康、成熟的人乐于与他人建立友谊，互相友爱、合作，乐于同集体一起工作。而心理变态者或神经症患者因没有能力与他人建立良好关系并满足他们想得到他人承认和赞许的强烈心理需要，所以在憎恨与破坏行为中找到了某种乐趣。对那些按达尔文的“适者生存”来认识世界的人来说，这个世界是一个充满了奸诈、自私与侵犯成性之徒的危险之地，是一座丛林。在这些人看来，侵犯行为是对他们认为会给他们造成威胁的事物的一种反应或防卫。我们社会的极端分子是心理变态罪犯。

他们杀戮、残害、折磨他人，而没有一丝悔意。马斯洛是这样评论这种人的："我认为这样去认识心理变态者能有助于更好地理解他们，他们没有爱他人的感觉，因而可以不带仇恨，也不带乐趣地伤害、甚至杀死他人，就象杀死那些碰巧成了害虫的动物一样。"

马斯洛认为，既然侵犯行为主要是文化所带来的，那么一般说来它是可以被杜绝和纠正的。有关最严重的侵犯行为——即心理变态罪犯的侵犯行为——的材料目前还不够充分。可能在某些情况下这些人与别人交往的本能已严重丧失，以致无法恢复了。

9 心理治疗

我们前面已经讨论了心理学与精神病学三大流派之间的主要理论区别。尽管有这些区别，马斯洛还是发现所有流派的临床方法都取得了令人满意的结果。有时不同的治疗医生之间的差异要比他们所奉信的理论之间的差别意义更大。很明显，就疗效而言，一位治疗医生的能力和特点要比他所奉行的理论重要得多。

精神分析法的传统方法是自由联想。这种方法是让患者躺在一张睡椅上，毫无戒备地谈出他想到的任何事情，医生则尽量不去打断他。这种理论认为，经过似乎是漫无目的的交谈以及对患者的梦的分析，患者将洞悉他那些引起了或正在引起痛苦的以往经历的意义。由于马斯洛博士受过精神分析法的训练，而且本人也曾当过精神分析的对象，因此他对这种方法十分熟悉。他认为这种处理方法能十分有效地帮助患者认识并纠正他们“对自我和他人的一些十分幼稚的解释”。马斯洛写道，在他当临床心理学家的早期，他常常对此感到不可思议：有时医生只是问了患者的病情及个人历史，患者就报告说病情有了好转。他谈到了一个来求医的女大学生的病例。

虽然这位女学生谈了一个小时，而医生却一句话也没说，她还是十分满意地解决了她的心理问题，并对治疗医生提供的治疗感激不尽。

马斯洛曾采访过三十四位在过去一年内接受过各种心理治疗的人。他们中的二十四人回答说治疗对他们很有帮助，为此感到十分满意。而这些采访对象接受的都是非常不同的临床治疗。马斯洛认为，只要是比较成功的精神治疗法的所有主要类型，都能使患者进一步认识自己，增加、鼓励他们的本能需要，并且暴露、减少、有时甚至完全消除他们的病态需要。如果治疗成功，那么人们的认识方法和思想方法会有一定改变。他们的感情和动机会有变化，他们对人对己的态度也不一样了。"他们的特点（或性格）会发生表面的和深刻的变化。有些迹象表明他们的外表也会改变，而健康状况则有所改善；有时连他们的智商也会提高。"

弗洛伊德一般主张精神病医生应与患者保持一种疏远的、非个人的关系。但现在越来越多的心理治疗家正提倡一种更密切的个人关系。心理治疗家即使在运用同样的方法时也会有很大的差异。马斯洛建议，患者与医生的互相选择应以合得来，而不是以名望或费用作为标准。他称赞弗洛伊德认识到了越能理解自身的医生治疗别人也越能成功。他还下结论说，能使一个治疗医生成为一个优秀个人的品性，也会使他成为一个优秀的心理治疗家。最理想的情况就是他在情感生活上没有不安因素，经济上非常稳定（可以超脱对金钱的过分考虑），他婚姻美满，或者至少能持久地恋爱，并能享受人生。许多年来心理学家和精神病医生一直把注意力集中在精神严重失调的患者身上。但现在人们越来越注意到即使对相

对健康的普通人也可进行帮助，使其进一步了解自己并使自己的日常生活更为有效。马斯洛设想要是把更多的时间用于帮助健康人，而不是帮助严重患者，那么少量的时间就会有更大的收益，而自己的这种职业也就能更好地造福于社会了。他的个人影响以及这种思想方法使全国出现了一大批精神发展中心。加利福尼亚州大苏尔的发展中心就是其中的第一家。所有这些中心都注重帮助健康者而不是精神病患者来改善自己的生活。

虽然马斯洛博士强调受过专业训练的医生对于治疗神经症患者和精神病患者的重要性，但他指出，父母、师长、挚友、牧师、恩爱夫妻或者好的职业都能帮助很多人获得个性的成长和发展。"美满婚姻、事业成功、交结良友、生儿育女、面临危机时可克服困难——我时常发现在没有专业治疗医生的帮助下，所有以上这些因素都能带来深刻的性格变化，并消除病症。事实上我们有充分理由提出这么一个论点：最好的治疗因素中就包括良好的生活环境，而专业心理治疗家的任务只是让患者更好地受益于这些环境。"一位能够对他将心头块垒和盘托出的好友对一个人的心理健康是有极大帮助的。

成功的心理治疗不管用什么具体方法，都能帮助患者明察事物，了解自身，认识现实。这就证实了精神健康与明察世界是同一回事。人们越是理解自己的动机、需要、欲望和心理障碍，他们就越能解决自己生活中的问题。人们越是了解自己，他们解决人生问题就越加容易。对人的无知使生活效率降低，而对人的理解却能使人更有效地生活。

马斯洛说，心理治疗家一致认为爱对精神健康十分重要。对婴儿的试验表明，生活早期失去慈爱和感情会导致严重的

心理问题，甚至使婴儿夭折。患者早期生活中缺乏感情是许多严重的精神病例的原因。值得庆幸的是，现在的心理治疗家已懂得以感情和慈爱来医治患者，特别是年轻的患者。但这对绝大多数成年患者也同样有效。卓有成效的治疗使他们能给人以爱，受人之爱。

弗洛伊德学派和行为主义学派都坚持认为，爱并不是人类本能的特性，而是一种后天学会的情感。马斯洛说："大多数理论家认为（或假定）爱的需要是由生物需要的潜移默化而造成的。例如我们学会了爱，是因为过去被爱的人总是向我们提供食品、温暖和保护。这种关于派生需要的学说要成立就必须证实人们对知识、理解和美的需要也是通过生理满足的潜移默化而获得的，而它们也曾经并且还是食物的信号。这是为人的常识所不容的。"相反，特别是心理治疗所提供的证据不断表明，缺乏爱会造成感情失调，而获得爱则对个人的健康发展是必不可少的。这种证据证明了对爱的需要具有本能的性质。因此，可以认为心理治疗能帮助人更好地处理与他人的关系。

在马斯洛看来，行为科学家、精神病医生和心理学家所犯的最大错误，就是相信行为之正确与错误并无科学依据。他发现，心理治疗获得的成功，不过是帮助人们发现更好的行为、思想及与人交往的方式。如果说心理治疗获得了所谓成功，那只是因为它造就了更优秀的人，使他们成了更好的父母、夫妻、工人、公民。"职业心理治疗家自然每天都在改变并改善着人性，赋予人们以更大的道德和创造力，使他们变得更加坚强、善良、慈爱、无私和平静。而这些还只是改进了的自我认识和自我接受的部分效果而已。"

给人悟彻能力的那种心理治疗之所以卓有成效，是因为它帮助个人剖析自己，发现自己对正确行为的需要，并真正认识自己。要满足自身需要就必须有与他人相处的能力。如果一个患者与他人交往的本领没有改进的话，他就很难满足自己对安全、和谐相处、爱情和尊重的需要。一个成功的心理治疗家就应帮助个人提高满足其基本需要的能力，从而使他走上自我实现的道路。马斯洛把这一点定义为"所有心理治疗的最终目标"。

马斯洛曾经成功地使一位十分腼腆而谦卑的妇女大大增强了自尊心。他采用了如下的方法：他要求那位妇女在二十个特定的、并不太重要的场合坚持自己的立场。比如她去买食品时应不顾食品店老板的反对，坚持只要某一种产品。不到三个月，她的自尊心有了明显提高，她的一般行为也有了改变。她开始穿以前不敢问津的衬托体形的衣服。她有生以来第一次在公共场合穿起了游泳衣，要是在以前她会羞得无地自容。她丈夫说她的性生活也有所改进，而性行为曾使她窘迫万分。她做的梦也有所改变，以前对她来说十分困难的场合她现在也能应付自如了。

如果说自我理解是精神健康的关键，那么心理治疗中的典型患者为什么会抵制对真理的认识呢？马斯洛解释说，保护自己的形象——即人的自我——是一种十分自然的倾向。而且，特别是对于有不安全感的人来说，现实是一种威胁。

在一般情况下心情比较稳定的人也会有一些特殊的恐惧。马斯洛发现，这样的恐惧往往是过去的一些特殊经历引起的条件反射。行为主义学派的重建条件反射的方法对这一类病症是很有效的。对这样的人，用马斯洛所说的简单的重

建条件反射——即理智的解释、鼓励其增强意志力和加以规劝——就已经够了。然而对真正有严重忧郁感的患者来说，这种方法就完全不适用了。因此，马斯洛下了这样的结论："我们可以说，与整个个性不一致的恐惧是很容易消除的，而与个性相一致的恐惧却是很顽固的。"

我们前面说过许多心理治疗家认为罪恶感是神经症的一个重要起因。他们的治疗方法是使患者相信自己的罪恶感是由清教徒式的教育造成的，而且根本没有必要。但马斯洛相信，真正的罪恶感是由于患者没能发挥他的潜力而引起的。如果的确是这样，医生就应该帮助患者识别他的罪恶感的真正原因。"……其含意很明显，即我们将对此类事情不再太容忍，不再老是相对而言，而是更加果断地加以评判……"心理学家已开始认识到除了有一个不健康的无意识外还有一个健康的无意识，而我们应该揭示、发扬这个健康的无意识。

一个性格专制，觉得世界上危机四伏的人，不一定会对和蔼可亲的医生作出有效的反应；对这样的人也许用严厉的方法更加有效。通过给予自由和信任来治疗这些人，那只能是南辕北辙。一位依赖心理过强的患者同样无法一下子承受太大的自由和责任。"关键就是我们不能认为良好的条件就会毫不例外地使所有的人成为发展的、自我实现的人。神经症的某些类型并不会通过这种方法而有所好转。"

1962年夏天，当马斯洛在西部行为科学和非线性系统公司当访问研究员时，他应罗伯特·坦尼邦博士的邀请，访问了加州大学洛杉矶分校设在箭头湖的一个敏感训练小组。这是马斯洛第一次接触这类训练小组。这次访问对他来说既新鲜又令人激动。深谙精神分析法的马斯洛对精神分析与训练小

组工作方法的相似之点与不同之处印象极深。敏感训练并没有一定结构，也就是说一组人被带到一起，却没有人给他们下任何指令。他们只是坐在那里相互交谈。这就与精神分析法的那种鼓励对象顺着思路信口开河的做法有些相似。敏感训练小组并没有任何工作日程，它在许多新来乍到的参加者看来似乎是没有目的的。这种技巧与卡尔·罗杰斯的非指导性心理治疗十分相近。马斯洛把这种方法与"无为而治——即任事物自然发展"的道家哲学联系起来。马斯洛在布兰代斯学院研究生部曾使用过这样的方法。"我在奉行道家思想的放任自流的布兰代斯学院心理学系那里了解到，放任自流与无组织状态能带来鼓舞人心的力量和自我实现的最佳环境；但我也看到了放任自流同样也能使个人的无能、缺乏才能和心理障碍等一切弱点暴露无遗。这也就是说，无组织状态要么造就人，要么毁了人；许多人一帆风顺，而另一些人则一败涂地。"

他所观察的那个训练小组由企业家、工程师和公司经理组成。他们都是一些精明能干的人，心理比一般人也许更健康些。精神分析学家要治愈患者一般每星期要工作八小时，一共花上两三年。而马斯洛却十分惊奇地发现这个小组的成员都能十分迅速地学会自由联想以及如何表达出诸如敌意等最为内在的情感。他从这里看到了一种巨大的可能性，即精神健全与不健全的人都可能大大缩短治疗过程，而这种过程在较老的传统方法下要缓慢而又费用大得多。"这些人自然放松的言谈举止是我通常认为只有经历过至少一、二年精神分析治疗的人才会有的。我无意中一直持有这样一种精神分析学的观点，即认为任何性格的改变都需要二、三年的时间。现

在很明显，这个过程可以加快，而且在这种社会环境中可以大大加快。"

敏感训练小组的工作不仅为精神分析方法提供了宝贵的捷径，而且这个小组还能得到在其他情形下所不能得到的效果。马斯洛琢磨着要是把小组活动与个人治疗结合起来，那就会更加有效。在敏感训练小组的工作过程中，事态发展很快。马斯洛猜想，其原因之一就是参加活动的这类人是属于以前从未接触过自我分析的"事件型"人物。这些人很快就学会审察自己的情感和动机；他们开始从心理上意识到他人，意识到他们的感情和情绪，以及交流这些感情和情绪的困难。这样的经历迫使他们反省已经成为自己性格组成部分的那些想法以及行为方式。这些人发现，真诚的、建设性的批评，而不是日积月累的敌意，才能带来人与人的互相尊重和感情。小组成员很快就变得更加实际、客观起来，对情绪更为敏感也更能容忍了。"也可以把这种活动称为诚实训练或自发性训练……另外一个能概括说明这类活动的词……是亲密训练；我常有一种很强烈的印象，即人们不再害怕受到伤害时会尽力去掉戒备、取下面具……学会去忍受组织性的缺乏、模棱两可、无计划、前途未卜、可预见性的缺乏、对未来的控制的缺乏等等，所有这些都有很大的治疗效果和心理效果。"

精神分析学家始终坚持认为，要改变个性就需要探索患者的过去，因为心理问题往往是在人的无意识中根深蒂固的。敏感训练法却对这种观点提出了挑战，它着眼的是患者的现在和未来。马斯洛很明显地意识到了参加小组的经历改变了人们的态度和行为，甚至改变了人们的个性，同时却并没有为了取得这些变化而去"刺探患者的过去，刺探他们神经症态度

的渊源……精神分析学家们一直主张行为的主要决定因素深深地隐藏在个人之中，也就是说决定人类行为的是个人因素而不是社会因素或人际因素。这些小组成员的经验向我们表明，我们应该更注重目前社会的人际情况，并把它作为人际行为乃至自我意识的决定因素"。马斯洛博士在敏感训练小组观察到的一切所包含的社会意义，使他十分激动。他看到了改善人们与社会的一种可能的方法，看到了改变个人和集体以及改进人的关系并进而创造一个更好的世界的一条相当经济的途径。

10 价值观

“价值观的丧失是我们时代的最终痼疾……而目前的状况比历史上任何时代都要危险……人类只有通过自己的努力来改变这种状况。”

马斯洛第三思潮理论最独特之处，也许就是他认为整个人类有共同的价值观和道德准则，而且这些准则是可以用科学来证实的。马斯洛强烈地感到需要有一种行之有效的价值体系，而这种体系不只是建立在盲目的信仰之上。“毫无疑问，人类有史以来一直在寻找具有指导作用的价值观念和行为准则。然而他们往往把目光投向自身与人类之外去寻找一个上帝，或者是《圣经》，或者某个统治阶级。我现在正在通过深刻剖析出类拔萃的人的生活来探索一种理论，这种理论认为你完全有可能找到人类一直在寻找的、也必须照之生活的那种价值观。换句话说，我相信我能通过观察最优秀的人类代表来找到适合人类的最终价值观。假如我站在一边科学地描述在最好条件下的最出色的人物的人类价值观，那么我发现这些价值包括如真、善、美在内的人类古老的价值，也包括一些后来的价值，比如愉快、正义和欢乐。”这些价值是人类本性所固

有的，是人的生物性质中的一部分，是本能的而非后天获得的。

马斯洛认为，第三思潮的心理学家可以通过科学地探索价值观来解决几个世纪来一直在折磨着人类的问题。他说："似乎有一个人类的终极价值，一个全人类努力争取的远大目标。不同的作者给它取了不同的名字，如自我实现、自我完善、整合(integration)、精神健康、个性化、自主性、创造性、生产性，但他们都一致同意这些都意味着充分实现一个人的所有潜力，也就是说他能彻底成为一个真正的人，充分实现他的一切可能性。"

马斯洛坚决反对撇开是非观念来研究人的行为。这种观点直接来自关于价值观没有科学基础的行为主义看法。他认为行为科学家要想解决人类问题，是非问题就不但不可避免，而且应成为行为科学的精髓。那些主张道德和文化相对论的心理学家(大多数心理学家都如此主张)并没有抓住我们社会的真正问题。行为科学家认为一切更高级的需要和行为形式都是后天获得的，并没有遗传基础；他们从这个设想出发，既排斥了宗教的思想方法，又摈弃了价值观。这就与我们所观察到的事实相矛盾了。马斯洛说："一旦拒斥了价值观，心理学就将被削弱，将不能得到充分发展；这样它就会使人类陷于超自然主义或道德相对论。"

例如，行为主义的行为相对论就不能解释阿道夫·艾希曼这样的人。对艾希曼来说，世上无所不可。他做事麻利，很有效率。这就向我们表明了没有价值观的科学的危险性。一旦放弃了价值观，那么等待着社会的将是艾希曼、希特勒之流，还有原子弹之类的东西。

用马斯洛的话来说："我并不同意文化相对论，我认为应该有基本的、潜在的而且是跨文化的人类标准；这些标准超越各种文化，并具有更普遍的人性。没有这些标准我们就失去了批判的尺度，比如说就无法去批判调适良好的希特勒德国的纳粹。"

因此自我实现的、健康正常的人所作的自由选择就向我们表明了孰是孰非，而这就是自然主义价值体系的基础。当我们把健康的人与整个人类分开，从而找出在他们成长完善的同时所追求、渴望些什么，并且找到具有病态心理的人所缺乏的价值，那么我们就能懂得善恶与是非了。而且这是能够被科学所证明的。因此人类的崇高理想和追求，以及他们的精神生活都是科学研究的适当课题，因为这些都有着生物学基础。以往人们常犯的错误就是把常人与病人，好人与坏人的价值观折衷起来。"只有健康人的选择、爱好和判断才能向我们表明什么是对人类有长远意义的。"全世界自我实现的人的选择在实质上看来是相同的，这就说明人类的基本需要是普遍的、跨文化的。

但认为人类有普遍的价值并不就是说人类的需要没有差异。心理学家不能忽视人们在精神、体质和饮食等方面有不同的能力这一事实，由于这些能力的不同，人们的需要也相应地存在差异。

我们能为负责任的行为找到科学的基础，而不负责任则最终对社会对个人都不利。马斯洛简明扼要地说："害人者必害己。"因此对社会犯下的罪行就是对自己本性的罪行，它们会在我们的潜意识里留下痕迹，使我们蔑视自己。人们行善则自尊，行恶则自卑，自惭形秽。这与苏格拉底的观点是相似

的：有充分知识的人永远不会行恶，因为有识之士会认识到这对自身不利。马斯洛声称：“……无知是犯罪的主要原因……整个杰弗逊民主理论都是基于这么一个信念：充分的知识导致正确的行为，离开了它人是不会有正确行为的。”

“在整个历史过程中，有识之士一直在向人类表明：善有善报，善良是美好的，精神健康和自我实现是人类的内在需要等。虽然这与A、B、C一样简单，但多数人却还冥顽不化，不愿接受摆在他们面前的幸福和自尊。”圣人和先知上千年来一直大谈特谈更高的价值，然而他们的问题是他们的预言不甚准确。因此就需要有一个科学方法来检验主观判断的可靠性。“大多数幻想家、预言家和先知总是觉得很有把握，而结果却错误百出。”

组织化的宗教时常会犯下不从衣食住行等较低需要出发，只注重较高价值的错误。马斯洛认为前者比布道更为基本。许多宗教把人的邪恶之处加以强调并把它们看成是人类的本性。这些宗教没能看到，较高的价值也是人类本性。

行为主义者注重文化影响，但如走到极端的话，就意味着个人是文化的俘虏，根本无法逃避。马斯洛认为这只适用于人类中的弱者。更多地影响自我实现者的是他们对自己以及自己的基本需要的理解，而不是社会的价值，因为后者有时并不是真正的价值。因此个人有可能比他们周围的文化更健康。

我们在前面已说过马斯洛把自我实现者所追求的价值称为存在价值。下面就是马斯洛从自我实现的人以及其他生活达到顶峰时期的人那里反复总结到的存在价值：“真、美、完整、合二为一（对立面得到统一，仇人化为挚友）、生气勃勃、与众不同、完善、必要、完成、正义、秩序、纯朴、丰富、轻松、诙谐、

自我满足。"自我实现者把这些价值融入自身，他把这些价值的损失看成自身的损失。马斯洛发现这些价值相互有密切关联，因而它们必须互相定义。"例如真即美，美即善；它是正义的、终极的、理想的、完美的、统一的、丰富的，这就与一切存在价值相关了。"

价值观丧失、神经症和心理病态都能被称为无欢乐、反常、无道德、绝望、玩世不恭等——这些情况还会引起肉体的病变。马斯洛相信医治价值观丧失的良方是十分明显的：应该建立起一个可被证实的，并且行之有效的人类价值体系。因为这些价值符合生物规律，因此人们可以经过检验来奉行这些价值。"没有价值观体系的状态就是一种心理病态。人类需要一种生活哲学、宗教或一种价值体系，就象他们需要阳光、钙和爱情一样。"没有价值体系的人往往感情冲动，并持有虚无的、怀疑一切的态度。也就是说他的生活是毫无意义的。

如果善良行为是人类本性，那为什么邪恶行为会如此猖獗？这个问题前面已经有了部分答案：人的各种天性是软弱的，很容易被误解或被忽视，而且常常敌不过文化的影响。我们还提到过人性中同时存在着一种趋向于发展的内在动力和退回安全的内在趋势。

因此从本质上说，整个人类必须要有一个价值体系。马斯洛和其他人的工作表明，价值体系是确实存在的。在最近一次采访中，马斯洛谈到了所谓的代沟问题。当他谈到正在竭力追求真理、诚实、美和友爱的青年们(特别是激进青年和"嬉皮士")时，他表达了自己的伤感。"我想告诉他们的是：天哪，这些都已经存在着了。你们正在寻找的未来就在这里。你们应该做的只是向它走去。"

11 尤赛琴管理

1962年夏，亚伯拉罕·马斯洛在非线性系统公司担任了他称为“访问研究员”的职务。非线性系统公司是一家生产数字仪表的工厂，位于加利福尼亚州德拉马尔镇。

“我去那里并没有特定的任务或目的，但因为各种原因我对那里正在发生的事很有兴趣。”他还是第一次接触到一个现代公司企业的开明管理。每天晚上他都要对着录音机录音。他的录音成了一本非正式的个人日记，最后被整理成了一本叫《尤赛琴管理》(Eupsychian Management)的书。

这本书不仅描写了非线性系统公司的创举，而且也包括了他对他所观察、研究和作过记录的人和组织机构的想法和思考。

他把工业看成“能代替实验室，也往往比实验室更有用的一种知识来源……这是一个崭新的、进行着活生生的试验的实验室。我自信在那里能更好地解决如学习、动机、感情、思想、行动等经典心理学的标准问题”。

除了他的观察之外他还如饥似渴地阅读了有关“这一社会心理学迷人的新领域”的书籍。他阅读了彼得·德鲁克的

《管理原理》（Principles of Management）和麦格雷戈的《企业的人性》(The Human Side of Enterprise)。这两本书被普遍认为是有关非线性系统公司所进行的实验的经典著作。

身为企业管理顾问的彼得·德鲁克仅在观察了工业管理情况之后就能得出与马斯洛观点相类似的想法，这一点给马斯洛留下了深刻的印象。很明显，德鲁克和其它企业管理顾问对"能被称为科学心理学"的东西不屑一顾。使马斯洛痛惜的是，在摈弃从老鼠、鸽子与条件反射等实验中得出的没有多大价值的结论的同时，企业管理顾问也摈弃了真正有意义的东西。

麦格雷戈的书叙述了一种主要是基于马斯洛基本需要理论的管理理论，因为这个原因，马斯洛对此书很有兴趣。

麦格雷戈抨击了那种他称之为"X理论的管理方法"。这就是企业界最常见的一种专制的管理形式。这种理论认为一般人厌恶工作，因此要完成工作就必须逼迫、控制、指导，甚至以惩罚来威胁。

麦格雷戈接着阐述了基于马斯洛思想的"Y理论管理方法"。他提出了下列设想：

"一，在工作中花费体力和脑力同游戏和休息一样自然。一般人并不是本能地讨厌工作。究竟工作是一种满足（因而被自发地完成）还是一种惩罚（因而被尽量避免），取决于可以人为控制的条件。

二，外部控制以及惩罚的威胁并不是使人们努力完成集体目标的唯一手段。人们会为了他所努力的目标而自我指导、控制。

三，为一定目标献身是奖励成就的一种结果。最有意义

的奖励是自我以及自我实现的需要得到了满足，它可以成为集体目标而奋斗的直接结果。

四，只要有合适的条件，普通人不仅能学会承担责任，而且能学会追求责任。

五，使用较高程度的想象力和独创力来解决集体问题的能力为人类多数而不是少数所有。

六，在现代工业生活的条件下，普通人的聪明才智只有一部分被发挥出来。”

虽然马斯洛一般说来对Y理论管理方法的可行性深信不疑并为之感到鼓舞，但他也意识到使工人认识到他们的利益与他们的组织的利益一致的那种积极做法，对于具有特别不安和怀疑心理的人是不适用的。他觉得麦格雷戈对这类人的了解是远远不够的。因此Y理论管理方法应该在心理正常者身上尝试。马斯洛说：“对一个较好组织中的一个较正常的人来说，工作会使他日臻完善。这就有助于改善工业，而这又反过来进一步改善人……对人类赖以生存的工作活动的良好管理，能改善人类和世界，从而成为一种实现乌托邦的革命技术。”

例如Y理论管理系统在一个人民充满恐惧的国家里是肯定行不通的。在这种情况下，强有力的领导不但是最好的，而且是必要的——就象在战争之类的情况下不容置疑的命令必须得到立即执行一样。马斯洛说：“粗暴无情而又精干的领袖虽然招恨，但与那种软弱多情但会置人于死地的领袖相比，人们是更欢迎前者的。世上还有许多人，包括美国和其他国家的人民，都有恐惧心。他们情愿百依百顺、奴颜婢膝，也不愿自作主张……世界上还有许多地方只配专制统治，对付诚惶

诚恐的臣民只能用啪啪作响的皮鞭。哥伦比亚、叙利亚、伊朗及南非就是这样的国家。”

马斯洛还参考了有关第二次世界大战中德国性格的研究。这些研究表明德国人认为领袖、教授、教师、老板及工长应该无情、粗暴、坚强。

马斯洛在深入探讨关于工作的课题时还说，健康人更喜欢工作而不是闲散，但要是做无意义、无价值、被浪费掉的工作的话，那绝大多数人情愿什么也不干。他回忆起一个在口香糖厂当人事经理的女患者。她因为认为口香糖对世界无甚贡献而精神压抑，对生活失去了热情。但对一个喜欢自己工作并认为它很有价值的人来说，工作是生活的一个十分愉快的部分。这个观点与马斯洛基本需要理论相符，健康人有对工作、发展、成功及价值的需要。

工作的另一个健康的方面也常为其它理论家所忽视，那就是作为集体的一员与一个组织良好、运行顺利的团体的其它成员齐心协力的欢乐。当然这又只对心理健全者适用。对精神极度混乱的人来说，有时憎恨和破坏会比友谊和合作带来更大的快感。只要具备了工人心理健全这一条件，那么从长计议，Y理论管理方法就比X理论管理方法更为有效。Y理论的管理方法不仅能创造一个更加美好而又讲究实际的社会，而且也是通向工业发达与财富的成功之路。

在讨论X、Y两种管理方法时，我们必须牢记，如果人们已经习惯于粗暴、集权、专制的管理方法，那么向开明的分权式管理的过渡必须逐步进行。有些工人很善于钻他们认为比较软弱的管理人员的空子。

马斯洛从课堂里的亲身经历中了解到这一点。有些学生

习惯于听从命令，把任何其它态度都看成软弱可欺，并企图加以利用。马斯洛发现对这类人的最好办法就是毫不客气地严厉制裁，明白无误地向这些人表明他们得服从自己。当人们完全承认他的权威时，他可以向他们逐渐表明，要掌握全局，不必老是发号施令。

Y理论管理方法优于X理论管理方法的另一个原因是独裁的管理方法会伤害工人的自尊心，使工人有意无意地进行反抗以维持自己的尊严。这就会导致对管理人员的憎恨、破坏、没病装病。马斯洛重申了大多数经理的深刻教训：鼓励和理解有助于工人维护自尊心并大大提高他们的效率。

懂得自尊需要不仅在管理领域有重大意义，而且对于理解少数民族以及其他自尊心较低的人们也有很大意义。例如土耳其和阿拉伯文献就记载了一段妇女得不到任何尊严和敬意的历史时期。她们的行为举止与内战前美国南方黑奴的行为十分相似。这些妇女不敢公开报复，但总会找到狡猾而隐秘的办法来"算账"。马斯洛认为这类对非正义的反抗实际上证实了人的尊严，而不是人的堕落。"我们可以把心理变态看成是罪行、邪恶、人类软弱和堕落的标志，但也可以用更深的同情和洞察力，把它理解为一个恐惧的人为争取健全、发展和自我实现而作的非直接努力。这一切都适合于一个工人对恶劣的工业环境的反应。他也许会通过各种偷偷摸摸的方法来表达他对非人化的愤怒，但这些从本质上来说都证实了他的恐惧，而不是他没有发展的潜力。"

对工业环境的所有研究都证实了Y理论，而不是X理论。马斯洛觉得从中可以得出一个十分明显的结论，即工业需要有足够的成熟而又健全的人员来源。他指出，如果工业不得

不录用不法之徒、罪犯、玩世不恭的青年或充满敌意、一心破坏的人的话，那它就陷入了困境。现在录用的往往就是这样的人。但只要方式有些改变，那么录用他们还是会有所成功的。

要使工业得到成功，经理的健全与工人的健全同样重要。心理健全的经理不仅能使工人产量提高，而且会使他们的心理健康有所改善。因此，"更出色的个人与更优秀的团体互为因果，更优秀的团体与更优秀的社会互为因果……"

为了支持这一观点，马斯洛引用了李克特的研究成果。李克特博士发现，奇怪的是，一个公司越是采用分权的经营方式，公司领导者就越有影响。"就是说你给予集体中的他人以更大的权力和影响，你自己的权力和影响也就相应越大。"

因此我们现在就应该讨论一下权力的概念。许多人认为那种体现为最强有力的领导者的权力总是不好的。他们忽视了一个事实，即心理健全的领导者的动机是有利于组织和社会的。把一切领导者都看成是在不健康地追求自私的权力，未免失之偏颇。是健康的还是不健康的追求是关键性的区别。因此一种领导是好是坏，很大程度上取决于领导者本人是否心理健全。

一个领导者不应对追随者的感情过分敏感，这是领导的又一重要方面。马斯洛说："想讨好所有人的人可能当不好领导。"有时领导者要学会拒绝、强硬、勇敢。这样，一个充分自信的领导者就能拒绝一些从长远来说对集体不利的一时要求。一个真正出类拔萃的领导者看到部下的发展和自我实现是十分乐意的。

马斯洛博士指出Y理论的管理要求的是一种更信任、开

放和分权式的组织。但我们也必须十分现实地认识到有些人是不应该被信任的。如果一个经理不能十分现实地看人，那么他采用Y理论的管理方法时就会遇到麻烦。如果领导者的才华大大高于周围人时，他也会困难重重，心灰意懒。当其他人还在艰难摸索，他早已知道该何去何从了。在这样的情况下让他保持沉默简直就是酷刑。如果遇到这种情形，领导者自然应采用一种更为专制的领导方式。

马斯洛认为我们当今社会低估了企业家的重要性。"对一个象秘鲁那样每况愈下的社会来说，最可贵的一百个人，不是化学家、政治家、教授或工程师，而是企业家。"一个优秀的企业家对社会来说也许是无价之宝，但收入的巨大差异则会引起人的嫉妒。马斯洛认为，我们应该找到金钱以外的其他方法来奖励企业家。尤赛琴社会必须使出类拔萃者能够出人头地。"应该购买最好的产品，奖励最优秀的人。各种干扰因素只能使美德、正义、真理和效率归于失败，因此必须被降低到最小程度，直到完全消失……任何能增进人的心理健康，使他不仅成为一个更好的经理、工人、公民，而且成为一个更好的消费者的决定因素，都应被看成是有利于企业健康的……如果恶有善报，那将贻害无穷。一个优秀社会的定义就是善有善报。"他还强调指出："只要不是善有善报，优秀社会就不会到来。"

因此我们能看到，尤赛琴管理方法适用于整个社会，而不仅仅是工业。一个尤赛琴社会要使其成员识才爱才，挑选优秀者作领导者。马斯洛声称，在一个理想社会中，"任何成功，财富和地位应该完全与能力、技术和才干联系起来"。

我们能够发现，在一个充满着恐惧不安、犹豫不决的成员

的社会里，一个强有力的领袖即使犯了错误，也会不乏效忠者。希特勒就是这样的一个例子。

马斯洛还把这样的观点运用在国家上。他问道："如果我们防止了真刀真枪的战争，那么谁能赢得冷战呢？他相信只有那个能造就健全、坚强、热情、有独创性的最优秀的个人的国家，才能赢得冷战。"

马斯洛对非线性系统公司里的个人状况以及有关文献研究得越多，就越是坚信这种理论的基本的正确性。他说："这已经不再只是一种理论，而是一个事实了。"对X理论的谬误以及Y理论的正确性，绝大多数美国人都有亲身体验。

但马斯洛从不一概而论。他指出我们不应该认为优良的工作条件会自动地使所有人变得更好、不断发展、自我实现。这种条件对某些形式的神经症毫不起作用。"给独裁者以自由和信任，只会使他们为非作歹。自由、放任和信赖会使真正依赖成性的人因忧虑和恐惧而精神彻底崩溃。"

他说，我们不该错误地认为绝大多数美国公司是管理不善的。一些相当不错的公司与那些竞争激烈、老板不得不拼命压榨职工的小公司相比，还是有很大区别的。而且，与世界其它地区相比，美国最差的公司也还不算太坏。"全世界百分之九十九的人如能在美国管理最差的公司谋得一个职位，会愿意少活几年。"

马斯洛的结论认为，竞争的压力会使美国企业逐步地、稳固地转向Y管理方式。"旧式的经营管理不断过时，使采用这样的管理方式的企业与那些在经营管理上更开明，产品更出色，服务更优良的同行中其他企业相比，竞争力是逐渐下降了。"

12 第三思潮与社会变革

“当关于人(及其本性、目标、潜力和成就)的哲学改变时，一切也会随之改变。不仅政治的、经济的、伦理的、价值的、人际关系的以及历史的哲学会随之改变，而且教育的哲学(关于如何帮助人们成为他们能够成为并深深需要成为的人的理论)也会随之改变。

“我们正经历着一场关于人的能力、潜力和目标的观念变革。一种人的潜力和命运的新图景正在出现，而且其中蕴藏着许多可能性。”

马斯洛博士关于行为和动机的普遍理论向整个西方思想传统提出了挑战，因为这种传统在最近四、五十年来已过分依赖弗洛伊德的理论以及华生等行为主义者的理论了。这些宿命的理论过分强调对法律、控制、条例和禁令的需要。而马斯洛主张要肯定地看待人及其潜力，强调发现并发展人的更高的天性。

对一个正在健康地发展、成长着的自我实现的人来说，低级需要与高级需要并不矛盾。马斯洛说，“绝大多数文明及其政治、教育、宗教的理论，都是建立在与此截然相反的信仰之

上的。总的来说，它们认为，人类本性中原始的、动物的和本能的方面，仅仅局限于对食物、性之类的生理需要。对真理、爱情和美的较高级的冲动往往被认为与这些动物本能有着本质区别。更有甚者，这些兴趣被看成是互相矛盾、排斥的，是水火不相容的。"

一个人要是研究一下全人类共同的基本需要，那他就会对各文化间的和谐相处要比一般人所相信的更为乐观。马斯洛在研究自我实现的人时发现，不管他们的文化传统如何，他们的共性要远远大于他们的差异。他发现，对优秀的人来说，诸如自由、爱情、正义和美好这样的概念都是一样的。认为人不过是动物的一个种类，而动物又首先是自私的那些行为科学家们，把人看成是与社会不断冲突的。弗洛伊德在这一点上特别强烈。而对马斯洛说来，只有无知的、不成熟的、病态的病人才是这样的，而健康人的自私利益与社会利益是一致的。1776 年，亚当·斯密发表的《国富论》一书阐述了类似的观点。斯密笔下的"开明之士"在追求自私利益的同时也增进了社会利益。这个观点对撰写《独立宣言》的先辈们产生过巨大影响。能够辨认并追求自己的更高需要的人总是以有利于社会的方式行事的。一个受到爱和尊敬的人，其行为举止必然也力图做到值得他人尊敬。"那些已经得到基本满足，从而能追求爱和尊重（而非仅仅食物和安全）的人，往往能培养忠诚、友谊、公共意识等品格，并能成为更好的父母、丈夫、教师、公仆……认为本能与社会、个人利益与社会利益之间的对抗是内在的那种思想，是用未经证实的假定来进行论证的。对病态的社会和个人来说也许是这样——而这也就是它的主要依据。在健康社会的条件下，个人利益与社会利益是协调的，

而不是对抗的。"

理想的社会能提供使个人潜力得到发挥的环境。这种外部环境的基本要素被马斯洛称为满足需要的先决条件。它们包括自由、正义、秩序等等。当今社会一味强调物质经济的成就，而不够重视人的心理和精神的胜利。一个好的社会允许并鼓励人的心理需要得到满足，而坏的社会却相反。在一个为马斯洛看作是心理病态的社会里，"爱情、安全、尊严和信赖是不足的，而仇恨、羞辱、恐惧、轻蔑和专制却是有余的"。

由于人的心理需要是脆弱的，容易受挫的，因此大多数人可能都无法战胜坏的文化的影响。在马斯洛看来，一种健康的文化应大大减少对心理治疗的需要。有了这样的社会，精神病就不会如此流行了。只要研究一下人的动机，便能科学地确定一个健康社会的要素。这些要素是人类的天性，不会随人的主观意志而消失。马斯洛打了个比方：园丁只能帮助玫瑰生长，却无法使它变成一棵橡树。一个健全的社会应该奖善罚恶，或者用马斯洛的话来说应该"提拔贤良"。马斯洛看到，一旦真理被歪曲、抛弃，就会产生恶劣的社会效果，导致玩世不恭、猜疑以及人际关系的恶化。

从1941年起，亚伯拉罕·马斯洛开始寻找一种能有助于建立一个更好的社会的关于人类动机的普遍理论。他对于在第二次世界大战中的欧洲的所见所闻深恶痛绝。在1965年问世的《尤赛琴管理》一书中，他讨论了第三思潮理论在社会改良上的运用。他向往的是一种循序渐进的、非暴力的社会变革。社会必须看作是一个牵一发而动全身的整体，每一变化至少在一定程度上影响着整体。要改进社会，我们就必须改进一切社会机构，当然不能同时进行。改进了社会，我们就

改进了个人，而改进了个人，我们就又改进了社会。一个卓有成效的改革家，无论工作巨细，都会兢兢业业地奋斗。

在马斯洛看来，现在的许多青年都有一个问题：他们希望世界会突然改变，却不愿为之努力。我们的社会问题如此之多，而个人对之又似乎是无可奈何的，这就使他们心灰意懒。“这就是我们那些十多岁、二十多岁和三十多岁青年的危险之所在。他们在原子弹、大型国际谈判及冷战面前感到束手无策。于是他们会退回到一种真正自私的、玩世不恭的生活中去……科林·威尔逊谈到了英雄与虫之间的选择，许多人选择了虫。”找到一条更好的、更有效的个人发展和自我实现的道路，是社会变革的重要方面。

很多人消极、惰性地理解第三思潮。他们在等某个灵感或重大体验从天而降。他们觉得生活应该是永远快乐的。“更具依赖性的、任性的、空谈的、消极的人，把这种自我实现的哲学看成是‘等待灵感’；他们等待着奇迹的发生；忽然会有某种顶峰经验不费吹灰之力就告诉他们何去何从。这种自我放任性的意识认为，只要是自我实现就应该是快活的……事实上培养自己的能力可能是十分艰苦的……（虽然它也可以同时是一种享受）……”

我们不应该再寻找一个简单的乌托邦式的答案，而是应该强调稳定、持续的、一步一个脚印的改进。我们完全可以同时进行几个实验以找出最佳方案。对任何个人来说，这个任务过于艰巨，这需要许多人在各个领域里的努力。如果我们社会有共同的目标，那么人们就会齐心协力。开明的企业经理们正逐渐发现，如果他们的企业具有每个人都能明白、理解、并为之作出贡献的共同目标的话，那么企业，就更有效率。

马斯洛把私有工业看成是社会有效而重要的组成部分。开明的经理会帮助其雇员发展并成为更好的公民，这就能大大有助于整个社会的改善。很明显，企图通过个人心理治疗来改变人群从而改变世界是行不通的……"个人的精神分析根本不能通过一个一个地改变个人来改造世界。"

马斯洛对"生活调节方法"持批判态度。行为主义者推行的这种方法把心理健康看成是使人们学会适应社会，而不是使社会适应人类的需要。使人们去适应一个平庸的社会并非通往社会改革之路。"我所理解的马克思主义哲学直截了当地表明了这么一个观点：精神是现实的一面镜子……关于精神健康的理论认为，精神世界之外的功名成就是不够的；我们还得有精神世界的健康与和谐。"

教育显然能成为社会改革的重要动力或阻力。根据第三思潮理论，教育如果能帮助个人发挥潜力、自我实现，那就是"好的"。马斯洛认为，当今的教育使人大失所望。他毫不留情地说道："我们的传统教育似乎已病入膏肓了。"他责问为什么教育心理学如此关注年级、学历、成绩和文凭这些手段，而不是关心智慧、理解力和判断力这些目的。他曾写道："教育这一职能的一个部分，就是教会人们如何把爱国主义、民主与社会改良这些委婉动听的名辞落实到每日每时的具体行动中去；这些行动就是实现伟大目标的具体手段。"

社会必须学会识别最适于做领导者的人。人们常对领导者过于怀疑——其实并非一切领导者都是权欲熏心、十分危险的。有些领导者就把自己的作用看成是对社会的一种不可缺少的服务。马斯洛举了如下的例子："毋容置疑，杰弗逊就从未为私利而权欲熏心；他只是觉得他能完成一项必须完成

的任务，为此他必须作出牺牲。”人们过去往往强调人人平等。即使是管理学文献，似乎也对什么人更适于任领导职务这一点讳莫如深。我们必须学会识别并尊敬领导者，而不是怀疑他们，嫉妒他们，甚至厌恶他们。

黑足印第安人挑选领袖的方法给马斯洛留下了深刻的印象。这些印第安人总是挑选最适于承担某一特殊任务的人来当领袖。要进行一项建筑工程，他们就选出一位最懂建筑的人来当领袖；要是出猎，他们就选一位猎手当头头。经验告诉他们什么人最适合什么样的职务。

在一个优秀的社会里，成功应与能力紧密相连。“实际上我们也可以这样来定义一个良好的社会：其中所有领导者都是当之无愧的；社会的精英担任要职，而担任要职的也只能是社会精英。”我们需要培养有领导胆略，能激流勇进，而且勇于提出不同意见的人。马斯洛认为，美国有一大批柔弱寡断、八面玲珑的人，他们对大多数人总是唯唯诺诺，百求百应。一个优秀的领导者总是把谦逊、灵活与坚强的性格结合得恰到好处；当牵涉到重大原则问题时，他能坚持自己的立场。

无论东方还是西方的经济学家几乎都忽视了人类更高的需要。几乎所有的经济理论都是过分唯物主义的了。“我们不得不毫不留情地说，经济学这门‘科学’只是在熟练、精确、技术地运用一种关于人类需要和价值的整个地错了的理论，这种理论只认识到了人类低级的、物质的需要。”

社会的质量对工业来说十分重要。一个健康的社会能带来健康的工业；相反，一个健康的工业又促进更健康的社会。他举日本为例，日本产品质量的提高使人民自信心提高，从而改进了社会。企业界需要的是健全的人。在一个叛乱、内战、

暴力和政治腐败的环境里，企业是无法繁荣昌盛的。过分的政治干涉也不利于工业的健康发展。专制的领导会扼杀人们的自我实现。要是领导者包揽一切的话，人们的依赖心理就会日益严重，从而越来越难以自己作出决定。工业界正在意识到这一点，并在为之作出努力。我们的政策也应考虑到这一点。如果我们能避免核战争的浩劫——马斯洛认为我们已经取得了力量均衡因而对此十分乐观——那么第三思潮的理论也就为我们的未来提供了很大的希望。如果整个人类有一种共同的、而且一旦得到发展就是社会性的而非反社会的基本需要，那么人类的长远前景就要比弗洛伊德所描绘的更美好得多。

"认为个人利益与社会利益必然相互排斥、对抗，而文明主要就是控制、管理本能冲动的手段的那种十分普遍的错误观点，现在已经应该被我们当作狭隘的思想来抛弃了。关于健康文化的主要作用就是促进普遍的自我实现这一崭新的思想将把那些陈腐的金科玉律荡涤殆尽。"

13 协和社会

马斯洛关于协和社会的名词和观念均来自哥伦比亚大学人类学系教授路丝·本尼迪克特(1887—1948)。她把1941年在布林马尔学院所开的一系列讲座的笔记给了马斯洛。直到她去世以后，马斯洛才发现这些笔记是孤本。她从未发表过这些想法；她的遗嘱执行人玛格丽特·米德翻遍了所有档案和文件也没找到这些讲座的手稿。

路丝·本尼迪克特对当时在人类学家中盛行一时的，而且与她本人名字也紧密相连的文化相对论十分不满。她竭力想找到一种方法来把各种社会作为一个统一的整体，或者用二十世纪的术语来说，作为一个系统来加以比较。

她挑选了四对各各不同的文化，并在大幅的新闻纸上记录下了她所了解的这些文化的特点。其中四种文化造就了粗暴卑劣的民族，而另四种则造就了优秀的民族。她首先讨论了低道德文化与高道德文化。她谈到一些民族动辄侵略，相互仇恨；而另一些则和睦相处。她试图在各组文化中找出她的所爱与所憎。本尼迪克特还把其中一些称为安全的文化，把另一些称为不安全的文化。她所喜爱的四种文化是祖尼(Zu-

ni)文化，阿拉派什(Arapesh)文化，达科他(Dakota)文化和爱斯基摩文化，而四种粗暴、卑劣的文化是恰克奇(Chuckchee)文化，奥杰布瓦(Ojibwa)文化，多布沃(Dobwo)文化和克瓦基特尔(Kwakiutl)文化。本尼迪克特对这些文化作了各种概括。她在种族、地理、气候、规模、财富和复杂程度的基础上对它们加以比较，但所有这些尺度都不能说明它们之间的区别。

她最后断定，基本的区别在于她所说的行为的功能，而不是行为本身。例如自杀在不同的文化中就有不同的含义。在美国，自杀意味着承认不能再继续应付人生。日本的自杀是一位落难武士的光荣举动，是荣耀而不是绝望。在一些原始社会里，自杀是一位钟情的妻子或姐妹在葬礼上的最高举动。在中国历史上的一些时期，在别人“家门口”自杀，是对那个人的一种报复。

本尼迪克特最后选择了“高协和”和“低协和”这两个词来描述这两种类型的社会。在高协和社会中，人们为了共同利益而互相合作。这并不是说人们一定都大公无私，而是社会习惯使合作十分值得。用她的话来说，“在明显和平共处的社会中，社会秩序使个人的行为同时有利于自己与社会……人们之所以能和平共处，不是因为他们大公无私、认为社会职责高于个人欲望，而是社会契约使这两者得到了统一……社会机构使这两者相互有利。”(照马斯洛的话说就是，“在高度协和的社会里，善有善报。”)

本尼迪克特是这么描述劣等社会的：“在社会协和程度较低的社会里，个人总是通过战胜他人来获得利益，而失败了的多数人不得不小心谨慎。”

马斯洛博士在描述这两种类型的社会时，参考了他与本

尼迪克特讨论这个问题时所作的笔记。本尼迪克特对马斯洛说：高协和社会与低协和社会在财富分配方式方面似乎有着区别。一个优等社会无论其富裕程度如何，财富的分配往往更加均匀，而在劣等社会里，富者越富，贫者越贫。克瓦基特尔人的昂贵租金与高利贷（年息竟达1,200%）、奴隶劳动与强迫劳动、剥削与极高的利润以及穷人比富人负担相对更高的赋税等等，就是这样的例子。

马斯洛说，安全社会的神祇总是慈悲为怀、乐施好善，而不安全社会的神祇和其它超自然的存在总是可怕而无情的。

1940年前后，马斯洛在布鲁克林学院的一些学生身上试验了这种关系。他把几十个学生分成心理安全与不安全两组，并向其中的信教者提了一个问题："如果你一觉醒来发现上帝就在你屋里或朝着你看，你会有什么感觉？"他们的答复呈现出如下倾向：心理安全的学生会觉得安全舒适，而心理不安的学生则会十分恐惧。

马斯洛接着指出，西方宗教的文献表现出了一种也许可称为安全宗教与不安全宗教的结合。他写道，在不安全的社会里，掌握宗教大权的人往往会用它来谋取私利。而在如祖尼人那样的安全社会里，宗教力量总是被用来求雨，保佑年成，造福社会。祷告的形式、领导的形式、家庭关系的形式、男女关系的形式、性生活的词汇以及友谊的形式等，区别了协和及非协和这两种互相矛盾的生活方式。高协和社会都有消除侮辱的手段，而低协和社会则没有这些手段。在本尼迪克特的四个不安全社会里，耻辱只会不断地激化，而不会冰释。

马斯洛博士把美国社会说成是一个混合的协和社会。我们的社会在许多方面宽宏大量，十分安全。另一方面，我们的

另一些习俗和制度使我们互为仇敌。他举出绝大多数大学的分数制度为例，说这种制度就是把一些人的得分建立在另一些人的失分之上。路丝·本尼迪克特的思想为科学地描述优秀的或低劣的社会提供了基础。

这与马斯洛博士关于在人类本性中存在着正确行为与错误行为的科学的基础的观点完全符合。优等与劣等社会的概念只是这一概念的一个外延。协和概念对于个人行为同样适用。两个人的相处方式使一个人的利益与另一个的利益一致时，他们的关系就是协和的；而当一个人的利益与另一个人的利益相背时，他们的关系就是非协和的。马斯洛引用了对美国和英国经济收入较低的阶层的性生活与家庭生活的最新研究。这些研究揭示了剥削型的性关系——一种低协和的关系。这表明了低层社会成员没有看到两个人之间可以有着一种互利的关系。对他们来说，爱情以及(或者)性关系对一个人有利，而对另一人不利。"结论是，谁爱得深谁就是个傻瓜，就活该倒楣。"

路丝·本尼迪克特的思想给马斯洛留下了深刻而又持久的印象。他从此一直不断地探讨协和社会的定义。他觉得一个社会既能与人性相协和，又能与之相抵触。最理想的社会就是善有善报的社会，在这个社会里追求个人利益的人也能造福社会。

为了实现这种社会，公民就应有能力选择有效的领袖，并能识别人们真正的优点。同时还须尽量减少对优秀领导者的嫉妒及对抗。协和社会在马斯洛后期著作中又被称为尤赛琴社会。这种社会能创造一种有利于人们发挥自身潜力、满足内心需要的环境。一个优秀的社会充实了人们的生活，使自

我实现有了可能。"健康的社会能充分实现绝大多数人的最大潜力。"马斯洛直截了当地驳斥了那种认为个人利益必然与社会利益相冲突、相排斥的观点，而这个观点是弗洛伊德理论的一个基本前提。马斯洛幻想着一种由心理健全的成员所组成的社会。在这个社会里犯罪、精神疾病以及对限制性立法的需要都会大大减少。这种社会不会象弗洛伊德所认为的那样去保护自身而对付别人的本能，而是鼓励人的本能，鼓励人们去发展他们在爱情、合作、成功和发展方面的潜力。

14 精神健康

在前几章里我们已经描述了马斯洛博士关于人类动机和行为的理论，并且把他的观点与过去四、五十年里一直在心理学、精神病学和社会科学中占主导地位的思想作了对比。假如第三思潮理论是正确的，那么它就表明了当今人类思想方面的一些革新、变化。它要求我们重新探讨在儿童训练、教育、精神病学、法律、犯罪学、商业管理、经济学和政治学等方面的目前十分流行的观念。用马斯洛博士自己的话来说："这不只是一次改进，而是在整个方向上的真正改变；就好象我们一直是朝北走的，但现在转而向南走了。"

在以下的篇幅里我们将描述与马斯洛博士的理论有关的心理学家、精神病学家、行为科学家、经理、顾问及其他一些人的思想和研究。这些例子中有小部分直接来自马斯洛的研究，而大部分则代表了靠自己的努力得出类似结论的那些人的研究。本章所列举的例子只是现存例证的一部分。还有许多绝好的例子就不在这里赘述了。现有的材料已足够写一本书，而新的材料还在源源而来。这里所要讨论的材料中有一部分可被划为原始知识。当我们孤立地看待每一个例子时，似乎

难下断语；可是，当对它们作综合性探讨时，就会发现它们为支持该书的主题提供了一批很有说服力的事实证据。这说明在我们对人及其行为的认识上所出现的突破具有世界范围的意义。

下文所引述的人并非个个都赞同马斯洛的观点，反过来，马斯洛也并非赞同他们每一个人。可是，读者还是会出现一些共同的线索：不满于以病理学为中心的理论体系；认识到人具有发展及决定自己前途的潜力；意识到人们并不仅仅靠面包为生，他们还有一些共同的高级需要；从考虑人的感情、欲望着手，而不是把他当作一块煤一样地加以探讨；认识到靠观察和经验可以识别正误、是非；相信有责任感是健康的，而不负责任将付出昂贵代价。

美国各地的人们似乎普遍发现，不管是哪种行为问题——犯罪、违法、精神疾病、酗酒、嗜毒或失败（个人的或组织的）——其根本原因都是无知、无责任感及对现实缺乏正确认识。要解决这些问题，必须更好地理解自己、理解别人，必须有健全的人类关系。

精神健康

精神问题的正统医治方法的早期批评者包括这样一些杰出的心理学家和精神病学家：卡尔·荣格、阿尔弗雷得·阿德勒、戈尔登·奥波特和卡尔·罗杰斯。这些人可以说是开了第三思潮的先河。然而，尽管他们在专业理论方面有相当的影响，但他们个人的努力还不足以动摇精神分析-行为主义

学说在美国各大学以及专业治疗中所占的主导地位。

弗洛伊德的《释梦》一书刚刚出版，卡尔·荣格就通读了，而且两个人还建立了密切的个人关系。弗洛伊德相信荣格将会成为自己的接班人，而且由于他的影响，荣格成了1910年成立的精神分析协会的第一任会长。但不久，荣格对精神分析的热情开始减弱，到了1915年两人就分道扬镳了。

荣格提出了他自己的人类动机理论，强调他所谓的集体无意识和个人无意识的影响。他批评弗洛伊德过分强调潜意识的冲动，而没有认识到个人目标与抱负的重要性。他对弗洛伊德一味注重人的低级的动物性也持批评态度。他认识到人自然而然地有追求高级价值的倾向，并相信人强烈地而且是本能地需要得到精神上的满足。他主张的是一种更积极的探讨方式："我更喜欢从人的健康这一角度来理解人。"他也相信自我实现，并将其描述成和谐的、平衡的、成熟的个性。荣格的分析理论至今还有大批拥护者，但多数行为科学家批评他对宗教的态度。正统派认为荣格对宗教的态度是"不科学"的。

阿尔弗雷得·阿德勒1870年生于维也纳，比弗洛伊德晚出世十四年。许多教科书将阿德勒说成弗洛伊德的信徒，这种错误的分类使阿德勒深感烦恼，并多次加以否认。马斯洛博士曾谈起阿德勒晚期的一件事：马斯洛问了阿德勒一个问题，该问题暗示了他是弗洛伊德的信徒。阿德勒十分生气，说这是谎言，并将其归咎于弗洛伊德。他还说自己从来就不是弗洛伊德的信徒或追随者。

阿德勒博士把他的理论称为个性心理学。他同样反对弗洛伊德过分强调人类消极的或动物性的特点，认为弗洛伊德的学说是病态的、不健康的。他也象马斯洛一样，相信健康的人所提出的目标主要是社会性的。他认为人最基本的动机就是出类拔萃。这是与生俱来的，会造成他所说的“伟大的向上的动力”。

尽管人类本性要求合作及共处，然而这种心理倾向不会由放任自流的教育方法所导致，而只能由引导与训练所导致。阿德勒极少强调潜意识的冲动，认为它更多地是属于神经症的特征。健康的人十分清楚他们行为的理由，并有能力选择自身发展的方向。早在1914年，阿德勒就指出各种不适应的症状往往是由于逃避责任而引起的。他写道：“在病人的一生中有一点是不可置疑的，那就是他应该是由于别人的罪过而失败的，这样一来就可以解脱他的责任。”他把这叫做“神经症患者一生的谎言”。因此，人对精神健康的追求是与他受的责任心教育有关的。

戈尔登·奥波特博士是已故的哈佛大学心理学教授。我们几乎很难把他算作正统的心理学家。在他绝大部分的学术生涯中，他一直是自己这个职业的惊世骇俗的诘难者。在一个世俗的、而且往往是反宗教的学术界中他直言不讳地拥护宗教。在一个日益专业化的时代，他呼吁培养更多的具有广泛的人类行为知识的人。他很难赞同过分科学化的那类心理学，因为它把人类当作有机体而不是当作人。奥波特博士说他的职业被“各种互相矛盾的理论弄得支离破碎”。他还以一种令人耳目一新的坦率态度承认为这个职业所知的解决问

题的方法十分有限。他谈起过一位国务院高级官员。这位官员问心理学家能否提供可以有助于他日常工作的东西。奥波特回答道："老实说我不知道，不过对于你没在日常工作中用它我感到非常愤怒。"还有一次，他说："我们如何才能在一些有益的职业——如精神病学、政府各部、社会工作、实用心理学和教育——中恢复一些似乎久已丧失了的普通常识？"他以他典型的谦虚态度赞扬弗洛伊德增加了人的自省倾向，但又对他过分低估人的价值这一点加以摈弃："我们发现良知的地平线比他（弗洛伊德）所了解的要开阔得多。宗教也是这样。按照弗洛伊德的观点，宗教情感是孩提时代对于尘世父亲的认识的深化……可是在对宗教情感在普通成人心里所起的作用进行一番更加详尽的研究后，我们会发现弗洛伊德那种还原公式是不堪一击的……"奥波特说："十分奇怪的是，心理学家出于偏爱，每进行一次关于友情及恋爱的调查，就要进行二十次关于侵犯他人行为的调查；他们研究的是人的紧张状态而不是松懈状态，研究痛苦而不是欢乐，丧失而不是实现，偏见而不是友谊。心理学家为何总是为生活的阴暗面所吸引，对此我到现在还不得而知。"关于行为主义学说，他这么说："宿命的理论往往过分限制了我们的科学，以致它无法对实际生活产生任何卓有成效的影响……我们当今学术理论的症结与其说在于它们的错误，还不如说在于它们的偏见。这一点最适用于对动物及婴儿的研究。每当一个坚定的实证主义者想如B. F. 斯金纳在《沃尔登第二》中所做的那样，企图把他的人类形象放在具体的人的环境中去时，我们中的许多人总会觉得这是陈旧的、甚至是可怜的。"奥波特与马斯洛一样，也相信心理学以及精神病学是不能超越价值的。他谈到菲力浦·皮奈尔

在一百五十年前用一种革新的方式医治精神病时曾这么说："那是一种在积极的、同情的社会氛围中有计划地使病人恢复的方案，其特点是友好的交往，大家在一起讨论遇到的困难，在家庭一般的环境中整天忙于本职工作。在以上所有活动中病人必须被看成是一个正常人，这样他才有可能保持或恢复他的自尊。"照奥波特的观点，这种从根本上说是属于"道德治疗"的方法可能反而比较近一些时候的所谓"科学方法"更成功一些。

奥波特在1967年去世前完成的、并于1968年出版的《心理学中的人》(The Person in Psychology)一书谈到了一场"正在发生的重大革命"。他把它说成是一种更成熟的道德治疗法或"态度治疗法"。他认为这是对菲力普·皮内尔和其它人所开创的研究的一次重大发现——一次对弗洛伊德和行为主义传统的健康的背离。他把阿德勒、荣格、哈特曼、霍内、艾里克森、弗洛姆、戈尔茨坦、罗杰斯和马斯洛等人的理论都包括在这一健康的运动之中。他写道："直到现在，人们才开始发现精神病和精神健康的规律；而且即使在今天，知道这些规律是存在的人相对说来还只是极少数。"

"科学"心理学的另一个早期批评家是卡尔·罗杰斯博士。他曾担任心理学教授、威斯康辛精神病学院心理治疗研究部主任，现在是加利福尼亚州拉·乔拉西方行为科学学院的常驻研究员。1961年罗杰斯曾说："我知道我仅仅代表一小部分心理学家。大部分心理学家的兴趣可由如刺激-反应、学习的理论、条件作用等术语来反映。他们完全把人当作一件物体，以致我那些不得不说的话常常不是惹恼他们就是使

他们不知所措。我也知道我只是在对一小部分心理学家说话。对许多人、甚至绝大多数人说来，心理治疗的真理早已被弗洛伊德道明了。他们对新的可能性不感兴趣，对这一领域的研究也毫无热情，甚至抱有反感。我还知道我只是在对各种自称顾问的人中的一小部分人说话，而这些人中的大部分则仅对可预测的试验、测量以及指导方法感兴趣。”

罗杰斯博士一直没有完全赞同马斯洛关于人类有共同的、显然始终不变的需要那种激进的观点，但他已经非常接近这一看法了。他设计的无定向治疗法就是用来帮助人们找到真正的自我的。他称之为“美妙的、建设性的现实主义”，还说它是“积极的、建设性的、通向自我实现的、趋向成熟和社会化的”。所有的人“基本上有着共同的需要，包括被他人接受的需要”。他把他那来自广泛临床经验的最革命的思想说成是“日益意识到人的本质的核心，人的个性的最深处；他的动物性的基础从本质上说是积极的——基本上是社会化的、前进的、理性的和现实的”。

罗贝托·阿萨基奥利于1888年出生于意大利的威尼斯，并在佛罗伦萨大学获得了神经学和精神病学医学学位。在他事业的早期，他便不再沉迷于被他视为过分强调病理学的心理学。1926年他创办了心理综合疗法研究所，旨在从事一种更加积极的治疗法。十二年后，因意大利法西斯政府的反对，研究所被迫关门。1944年，阿萨基奥利博士被盟军搭救，并在佛罗伦萨重开了那个研究所。

这家研究所已得到国际上的公认。1957年，美国设立了心理综合疗法研究基金会。类似的研究中心在法国、希腊、阿

根廷和英国也十分活跃。阿萨基奥利博士在最近一本题为《心理综合疗法》(Psychosynthesis) 的书中，谈到了他的思想和马斯洛及其他第三思潮心理学家的相似之处。心理综合疗法研究基金会主席弗兰克·希尔顿声称："谈到我们自己在第三思潮这一广泛领域里的工作，与过去七、八年相比，人们现在对心理综合疗法的兴趣有了稳步的、逐渐的、令人鼓舞的增长。然而我们还是必须持实事求是的态度，并看到目前在北美以及世界上其它地方只有很小一部分心理学家以及精神病学家持这种观点或对此持开明态度。"

阿萨基奥利博士把健康的人看作是这样一种人，他人格上是统一的，是与内心或真实的自我是和谐的，是向自我实现推进的，是同他人有健全的关系的。有机的统一是许多人致力的目标，但却极少有人能真正达到。"正如正常的生物有机体有一种不可遏止的成长趋向一样，人类也有一种成长的倾向，它贯穿人的整个一生，或者至少比生理成长的期限长久得多。当这种成长不被认识，或受到压抑，或因环境障碍而受到挫折时，就会发生身心错乱。"

阿萨基奥利博士写道："心理综合疗法作出的另一个特别贡献是它重新证实了意志的重要性及其价值，并强调了它与其它心理作用所不同的特殊地位。人们可以这么说，意志是现代心理学中的灰姑娘。在威廉·詹姆斯之后，意志几乎完全被忽视了；它不但受到学院派心理学家们的轻视，而且受到动态心理学主要倡导者们的忽视……意志薄弱者就象海面上的一个软木浮子，被每一个波浪推来逐去……他不仅是别人意志的奴隶，所有外部环境的奴隶，而且也是他自己的冲动和欲望的奴隶。"

阿萨基奥利博士相信许多技术都能被用来发展人的统一性格。他并不反对把精神分析当作一门技巧，但反对弗洛伊德不承认人的高级本质，反对他在治疗上过分注重一个人的过去，而不注重他的现在与未来。以下这则故事是从杰克·库珀的档案里选出来的。库珀是纽约的一个精神病学家，从事心理综合疗法。

弗兰是个相当麻烦的患者。她曾就医于本国一些最优秀的精神分析学家，但他们都对她无能为力。当她求助于心理综合疗法时，她的情况已经很糟。她已住了五年医院，从慢性无差别的精神分裂症到精神性神经症焦虑，几乎什么症状都有了。她一直在服各种各样的药物，接受静脉注射以及反复的震荡疗法。连续八个月，一直有一个精神病治疗护士在照顾她。当她被转入纽约州立医院一间上锁的病房时，三个护士被叫来帮助那个嘴角流着血的人，试图把她领到病房里去。当护士们把她放在浴盆里想使她松弛下来时，她被吓得一连三、四个小时大叫大嚷。她的腿到处被划破，手和腕肿了起来。

她说，当她第一次看见库珀博士时，心想："天哪，又来了一个白痴精神病学家——第九个了。那就让我们看看他有什么能耐吧。"弗兰的毛病并不是缺乏意志——把它说成是无法控制的或迷误方向的意志倒更确切些。她一生都在企图把自己的意志强加在每个人头上，包括医生及精神病专家，就这样她毁了自己的生活。库珀博士用心理综合疗法技术把她那强大的意志引到有用的目的上去。她本人这么说：

"库珀博士起先要我培养一种'甘愿'的情绪，以与'决心'相抗衡。这很难用言辞来表达。那是甘愿从你眼下的状态开

始，甘愿让头脑中不带任何特定的目标，甘愿顺应现实。我往往走到医院隔壁，看看商店的橱窗。库珀博士要我这么做，并要我记住陈列的物品，然后转过身去，看看我能否记住它们。另外还有一些小练习，如听一个乐队或一段录音里一种乐器的声音，如试图从头到尾跟住单簧管的声音。或专心致志地做一件事情，并甘愿承认按社会标准来说我是个失败者，是个很有局限的人。但从某种程度上说，我又不是一个有局限的人，至少我自己这么看。我愿意看到事物的真实面目，试图一天就是一天地活下去，而不再企图证明任何东西……"

库珀博士要她做一些她本来不必每天都做的事情。比如，她总把一盒火柴都倒出来，然后一根根地放回去。她开始有一种成功的感觉，进步的感觉。库珀博士说："弗兰的例子表明，当她开始感到她有作出一个决定并将这个决定有始有终地实现的力量时——如把火柴放回盒子里之类的简单程序——事情就有了突破了。"

两年半以后，弗兰虽不是百病全消，却也有了巨大的进步。她已能参加嗜酒者互诫协会的聚会了，并承认自己是个嗜酒者。她去了美容学校，还开始寻找工作。库珀并不阻止她谈起过去，但他更注重现在与将来。他说："她会开始详述过去发生的一切事情，但我会说，'这很有意思，但你今天的毛病是什么呢？'"

弗兰自己总结说："我开始接受这个事实，即我就是这样的，有我的局限，但我仍有希望……"

亚伯拉罕·M.洛博士是伊利诺斯大学医学院的精神病学教授。1937 年他在芝加哥创办了康复公司。这是一家为精

神病患者服务的公司，如今在美国有四百多家分公司。康复公司类似嗜酒者互诫协会，专为感情上有问题的人设计自助项目。它的成员中有许多人曾是精神病医院的病人。这些成员发现他们的问题也并非只是他们才有，别人也同样体验过害怕、无能、绝望与失望。洛博士发明的方法常常会收到显著的疗效。

洛博士援引了以下这些可供比较的数字：柏林、伦敦、芝加哥的精神分析研究所以及堪萨斯州曼宁格医务所治疗六百六十例患者(除去那些没有坚持接受治疗六个月以上的患者)所花的时间是十年(芝加哥是五年)，而洛博士运用他的小组医疗法，能在有代表性的两年内治愈一百五十六名精神病患者。因此，根据他的这一统计，一个精神病学家用他的方法在十年内能治愈七百八十名患者，相比之下，四所人员充实、资金优厚的精神分析研究所才医治了六百六十例患者。

《通过意志训练达到精神健康》(Mental Health Through Will-Training)(1950 年)一书详述了洛博士的治疗法。该书提供的统计数据说明弗洛伊德精神分析法的无效。在洛博士看来，弗洛伊德的精神分析法主宰了精神病治疗界，并且几乎挤掉了它的关系最密切的对手(阿德勒和荣格)。他指出当时曼宁格医务所精神病的治愈率大约是百分之四十。拿这与精神病医院的数据相比，就会发现自然痊愈率也是百分之四十。洛博士的结论是：精神分析法是失败的。(艾森克在更近一些的时候所进行的研究表明，精神分析法的治愈率还要高一些，不过自然痊愈率也要高一些。)

洛博士谈及自己时说："本人既反对作为哲学的精神分析学，也反对作为治疗技术的精神分析学。在哲学观上，他不能

同意那种认为人的行为来自无意识冲动（性的或其他什么的冲动）的观点。按照他的意见，成人的生活不是由本能所驱使的，而是由意志所指引的。要解决精神问题就要求我们采用积极的方法，意识到人是有能力选择和控制自己的命运的——这是一种几乎与弗洛伊德方法完全相反的方法。洛博士说："感受是'难以忍受的'，感情是'可怕'的，冲动是'无法控制的'，这一类专业用语使病人失去了正视、忍受并控制自己的反应的信心。"

他对梦治疗法以及把精神病症追溯到患者的幼年的、本能的或性的冲动上去的那种做法不以为然。他强调的是现在和将来，而且很早就开始倡导由尽量少的专业人员参加的小组治疗法。他证明了通过正视患者害怕的事情，患者可以克服他们的神经症的恐惧。应负起主要责任的是患者而不是医生。他说："你不能对生病负责，但现在你必须为康复负责，根本没有'我不能'那种事。当你说'我不能'时，你就是在宣布你是个例外。只要你的主要器官没有损坏，那么任何一个普通人能做到的事情你都能做到。"

洛博士对弗洛伊德理论的直言不讳的批评使他不受其他精神病学家的欢迎，然而他的思想目前开始为越来越多的人所接受。1968 年 5 月，康复公司的一位发言人第一次应邀参加了美国精神病学会年会的小组讨论会。伊利诺斯州圣约瑟夫医院的精神病科主任、斯特里奇医学院的亚历克斯·斯佩多尼博士评论说："精神病学家现在开始感到康复公司是个很有价值的助手。它应被吸收到现存的精神健康服务机构中来。它对慢性精神病患者特别有帮助。"

亨利·C. 林克博士是另一位反对超越价值观的心理学的早期批评者。他那本现在很著名的《返回宗教》(The Return to Religion)(1936年)曾在许多年里是广泛议论与论战的对象。作为一个非常成功的临床心理学家，林克有很扎实的"科学心理学"的根底。他的职业训练使他确信他父母笃信的宗教是荒唐的。在三十年代早期的萧条时期，林克是纽约市调节服务局的特别顾问。这个机构对一万五千多个无业人员作了心理调查。林克博士本人就负责计划与监督对这些人中的一万个人所作的统计研究。在他的指导下，给这些人一共进行了七万三千多次心理测验，同时还对每个人的历史作了详细记录。对这些调查材料的分析使林克博士发现了他以往数年的临床经历中所没有发现的一些人类特点。他发现在绝大多数情况下，个性问题是导致失业的重要因素。林克惊异地发现，与他所学到的相反，那些最积极地为教堂服务的人比不积极的人有更好的性格。所谓更好的性格就是指能更好地适应生活以及有更好的就业资格。他开始劝告病人在社交上更灵活些，发展、培养自己的处世技巧，更少以自我为中心。他发现去教堂是一个绝好的处方。林克博士越来越明显地意识到，他的患者的主要毛病在于缺乏价值观，没有信仰，缺乏人生目的。

他发现最典型的病人是内向型的人，即非常以自我为中心，回避冒险，不善于结交朋友的人。相反，外向型的人有更好的适应性，更体贴他人，更幸福，更成功。这些特点似乎没有什么遗传基础，而是在后天、特别是在儿童时代获得的。林克发现，改变内向型成年人的态度，帮助他们培养处世能力，尽管很难，但并非不可能。他发现《圣经》十分有助于培养人

们的社交技巧，并使他们成为更幸福、更成功的人。他说基督是个外向的人，并且教导别人成为外向型的人。林克博士开始对"超越价值"的心理学及精神病学持批评态度。他写道："我们这个时代占主导地位的科学以及社会科学是：人作为一个个体是无助的；他是个没有自尊的生物，没有意志力，没有自信心。

"心理学家发现对人下这样的定义非但极度蔑视人类，而且从根本上说是不正确的。"他呼吁公共教育要更加平衡，少强调些科学知识，多强调些使知识变得有意义的价值观。他把不可知论称作理智的疾病。他为"过度教育"的趋势而深感痛惜——"过度教育"是他医务所里患者的通病。这些人的问题往往是理论有余，实践不足。他把这些人称为"受过教育的愚人"。他引用不断增加的事实来证明性格的显著成长不是受高等教育的结果。他说："事实上，有一些很好的例子说明，适得其反的情况常会发生；受正式教育的时间的延长会导致性格的恶化。"

霍巴特·莫勒博士是另一位与把人描绘成遗传或环境的消极牺牲品的行为理论分道扬镳的著名心理学家。他现在是伊利诺斯大学心理学研究教授，事业非常成功。他曾获约翰·霍普金斯大学心理学博士学位，在耶鲁大学和哈佛大学任教，并曾担任美国心理学协会的会长。三十年代初期，他是耶鲁大学人类关系学院一个研究小组的成员；小组的另一位成员克拉克·赫尔，是行为主义理论的一个主要的倡导者。人类关系学院当时正试图发展一种多学科的研究人类问题的方法。这种方法把心理学、精神病学、社会学以及人类学都结合在

一起。

莫勒博士除了对行为主义理论有很深的造诣以外，对弗洛伊德的精神分析也有第一手的知识。他曾断断续续有十五年试图用精神分析解决他自己的问题。莫勒博士已写了大量文章并举办了许多讲座来论述精神病学和宗教都不能有效地对付精神和感情上的错乱。1961年他发表了《精神病学与宗教的危机》(The Crisis in Psychiatry and Religion)一书。

莫勒博士发明了一种治疗感情问题的十分有效的新方法。这种被称为"道德治疗"的方法尤其受到信教的心理学家及精神病学家们的欢迎。他的哲学几乎与弗洛伊德的哲学完全相反。他发现导致精神病的并不是个人企图达到极高的道德标准，而是因为个人不按自己的道德信念生活。他说："我们有很好的理由相信，心理病态不是来自未表达的性欲和仇恨，而是来自一种愤怒的意识和人的体面以及责任受到侵犯的感觉。这一对精神病的基础和本质作了极大修正的观念暗示了它与古典的和当代的圣灵概念的共鸣，并为一种把宗教、当代心理学和社会学综合在一起的新方法指明了道路。"他继续说："心理病态所显示的问题……从概念上说不是病，最好还是把它说成一种无知和道德上的失败；而且，避免和纠正这些状况的策略显然在于教育和伦理。"

另有一次，莫勒博士谈到了精神分析："弗洛伊德的理论对神经症患者本人还具有极强的诱惑力——它使病人免于为自己的病情负责，而且向他提供了一种治疗方法，这个治疗方法保证既可以减缓患者的病情，同时又可以免去患者任何责任。……我们现在的研究结果清楚地否定了整个精神分析法的前提。众多的研究（艾森克，1952；艾森克，1961；奈特，1941；

怀尔德，1945）表明，精神分析法尽管花掉大量的时间、金钱，却没有显著疗效。而且它对各种社会机构——家庭、教堂、学校及法院的影响似乎并不是有益的，往往倒是瓦解性的。”

路易斯维尔大学的心理学家 W. H. 梅诺德博士在很多重要领域里都与第三思潮的学者持相同意见。首先，他对正统的治疗法不满，尤其不满精神分析法。其次，他相信精神错乱的人并非在医学意义上得了病，而是不负责任。第三，他相信治疗学家必须帮助患者去发现不负责任是不会有好处的，而负责则会有好处。第四，他认为一个良好的社会是美德受到报偿的社会。

梅诺德博士说：“假如使患者对他的生产能力和正确的人际交往负责，那么‘疯狂’的举动就会失去任何价值，就会消失——有时消失得极有戏剧性。”他从自己在西部医院的经历中举出如下例子来说明他的观点：

“我们医院里有一个患者硬说他从未出生过，也（自然地）决不会死亡，还说在一阵心血来潮时或有必要时他就能有力量摧毁别人。这类的事有好几年都被医务人员温和地接受了，可是患者渐渐成了难以管理的人。最后，我们决定应该把他关起来，并由我们作者中的一个人来办这件事。这个患者拒绝谈话，并威胁说，假如我们再坚持的话，他就要摧毁我们。可我们坚持了，并让一个粗壮结实的护士陪他到我们的办公室来。病人又对我们进行威胁，说假如我们再惹他的话，他就要立即摧毁我们。我们告诉患者，他最好还是乖一点，因为我们将一直找他麻烦直到他收拾好东西，搬到一个加锁的病房里去住。我们作出诺言时既真诚又不容置疑。只过了半分钟，患

者就说他不想跟我们找麻烦，愿意照我们说的去做。从此以后，我们再也没有听见说什么立即摧毁的力量。人们可能会猜，患者知道他其实是在信口胡言，但只要他能利用这一点，他就会很愿意继续信口胡言的。

“另一个患者坚持说他不能做任何工作，因为他的背脊断了，里面塞满了肥料。当我们最后决定，既然他的背坏了，我们就有充足理由不给他周末通行证时，显著的矫正康复情况就接着出现了。很明显他在利用这些错觉，我们认为需要引起注意的是这种利用——而不是偏执的狂想。”

梅诺德博士在华盛顿州的西部国立医院提出了他的体系。他的那些患者代表了一个典型的精神病医院的横截面。通常精神病医生把百分之五十左右的人划归精神分裂症患者，百分之五十划归精神压抑者，其中还有酗酒者和吸毒者。梅诺德不管诊断结果，一律用同样的方法治疗患者。患者的毛病是无知、没有责任心、不能正确地认识现实、缺乏自我理解、不能用一种为社会所接受的方式行动。他给精神病开的诊断书是简单的，而且几乎是粗暴的，但很有效。他说：“你没有病，你是在发疯。”

以下是一些用他自己的话表达出来的他的主要思想：“教患者相信他病了，就是鼓励他消极地接受医生向他建议采用的任何治疗法。假如患者尽想等着被‘治好’，那么可以预料他会长期住在医院里……在传统的精神病医院里……在这样的环境里，司空见惯的事是：完全不可接受的行为有一个愉快的结局(或者相反)。

“新来的患者通常会解释他为什么到这儿来，不是说由于自己不合格，而是说由于误解或充满仇恨的社会环境。”

梅诺德在1962年西方心理学协会年会上的发言中说："自从艾森克开始发表证据证明我们通常采用的心理治疗程序效果不佳以来，好多年过去了。通常大家的反映都是艾森克肯定错了，因为每个人都知道心理治疗法是可行的。假如需要证明，那就问问治疗学家和一些患者好了。很明显，这种治疗法会用一种令人奇怪的松弛方法产生奇迹。假如治疗法偶尔失灵了，那是因为治疗学家不熟练，患者缺乏动机，或者很多症状的患者是无法治疗的。因为总是很容易找到这些令人欣慰的解释，所以我们一直在乐观地训练更多的治疗学家来实行这一相同的颇有成效的程序，同时还教导他们说，只有无知或愚蠢的人才会指望，不经过年复一年地帮助患者消除毛病、发泄感情、改变自已、寻找洞察力以及弗洛伊德所知道的其他程序，就能使患者的行为得到明显成功的纠正。"

梅诺德在精神病院内创建了一个人造社会。所有的病员都自愿地加入到小组中去，只有当他们丧失语言表达能力时才不能入组。他们不久就知道，所有重要的决定都由小组做出(医学上的决定除外)。诸如通行证、工作、参观、甚至释放这类特权都通过小组的决定来给予。患者必须同意对自已的行为完全负责并对小组中其他组员的行为负责。他们必须对小组完全诚实，不允许有任何例外。所用的方法是正面交锋。梅诺德发现用重字眼比用轻字眼更有效。他举一个女患者为例：她长年来求助于各种各样的心理疗法，却无多少进展。她一直以一种破坏性的方式酗酒。她把她的问题向治疗小组叙述后，小组说她在撒谎、敲诈、逃避责任，是个寄生虫。患者总结小组的话说："你们说我没生病，你们说我是个无赖。"这些话成了患者的转折点。因为，不管她可能成为怎样一个人，她

下决心不做个无赖。小组要求大家为自己行为负责，而且用一种教育的方式向患者证明责任心和生产力在同发展中的技能相结合时会产生“温暖、友爱、正直、有价值的人的关系”。

患者必须通过在精神病院里做些有用的工作来证明并发展他们的责任心。工作的标准是很严格的，小组成员必须做分配给他们的任何工作，并且做得和一个受雇的医务人员一样好。达不到标准的话，患者得到的报酬就很低；相反，做得出色，将使患者有权要求一项更有竞争性的任务并要求更多的自由。患者责任心经过数月的逐渐发展，他得到越来越多的自由，还有越来越多的尊敬及信心，最后得到医院的完全释放。梅诺德博士说：“我的患者教会我相信，一个人坚持做正确的事是决不会变疯的。”

梅诺德博士报告了如下结果。一百三十名妇女——其中一半是精神分裂症患者，一半有精神压抑症——在医院里接受了为期一年的治疗。她们呆在小组里的时间平均只有两个月多一点。因小组人员每天见面一个半小时左右，平均每人接受六十到七十小时的治疗。在一百三十个接受这种治疗的人中，有五人因各种原因中途停止了。结果，一百人获得医院的释放，十五人继续接受治疗。一年后，一百个获释的人中有十二个人又回来接受进一步治疗，其中的十人很快又获得重新释放。

另一位反对正统理论的精神病学家是威廉·格拉塞博士。他在《现实治疗法》(Reality Therapy)(1965年)一书中写道：“在我接受精神病学训练的末期，我发现自己处在很不舒服的境地，并对教给我的很多东西都感到怀疑。”格拉塞于是

着手发展一种新的治疗方法。他的答案与马斯洛的答案有明显的相同之处。需要接受精神病治疗的人是因为他们的人类基本需要，如与人建立联系、尊敬等，没有得到满足。要满足这些需要，他们必须学会现实些，学会区别行为是非。他写道："不负责任的人总试图想不带责任心就获得幸福。结果他们找到的只是些短暂的欢乐，而不是那种与负责的行为相伴的根深蒂固的满足。"

格拉塞博士说："我的理论的关键就是人的责任心，我们把它等同于精神健康——一个人越负责，他就越健康——越少责任心，就越没有健康……责任心教育是包括人类在内的高等动物的最重要的任务……说只能教育年幼者是不对的。"格拉塞博士把责任心说成是"具有满足自已需要的能力，而且是在满足自已需要时不剥夺他人满足需要的能力……一个有责任心的人会做使自已感到有价值的事，也会做感到对他人有价值的事。他有发奋的动机，并能忍受匮乏以获得自我价值。"

现实治疗法至少在六个主要方面与传统治疗法不同：

1．格拉塞博士驳斥了关于精神病的传统观念，并且摈弃了它的各种分类：恐惧症、精神分裂症、偏执狂症等等。对格拉塞来说，绝大多数精神错乱的情形都可以最恰如其分地被说成是无责任心；而且，不管各人行为上的症状有何不同，解决的方法就是告诉患者他的行为是不现实的。治疗学家要帮助患者找到使他的基本心理需要得到满足的行为方式。

2．传统理论强调研究患者过去的经历。医生们相信一旦患者理解了他的行为的症结所在，他的病就会变轻。现实治疗法对患者过去的行为并不特别感兴趣，因为假如他过去的

行为是可以为人所接受的，那他就不会在接受治疗了。整个重点都在现在和将来。

3. 传统精神病学很强调移情理论。它说可以诱使病人把他过去时间里对人们的看法传递给医生。精神病学家于是就力图使患者意识到这种移情作用，并通过这种认识来改变自己的行为。格拉塞是以本来的自己，而不是以一个移情人物出现于他同患者的关系中的。

4. 传统心理治疗法相信，患者要发生变化就须获得能看到自己的无意识心灵的洞察力。无意识的冲突被认为比意识的毛病更重要。因此，传统方法总强调梦、移情和自由联想。格拉塞博士不允许患者用无意识动机作为他们行为的一个借口。他强调的是患者正在做什么和打算做什么。

5. 因为正统精神病学相信精神疾病的存在，所以它就回避作价值判断。格拉塞说："传统的精神病学小心翼翼地回避道德问题，即患者的行为究竟是对还是错。异常的行为被看作是精神疾病的产物，而且学者们认为不应该要患者对他的行为负道德上的责任。因为他被认为是无能为力的。"现实治疗法的基本前提与此几乎完全相反。患者的问题来自他无力在他的日常生活中理解和运用道德原则。

6. 传统治疗法一般并不包括教导人们改善行为的内容。它以为一旦患者们理解了自己以及他们的毛病的无意识根源，他们就会自动学会更好地处世。相反，现实治疗法试图教导患者改善其行为——用能使患者满足其基本心理需要的方法处世。现实治疗法首先以加利福尼亚州的一座违法女生改造学校为试点。下一章将描述这一项目。

给格拉塞博士以鼓励的人中有一位是他的教授 G. L. 哈

林顿医学博士。哈林顿博士在西洛杉矶退伍军人医院对一组约二百人的精神病患者试用了现实治疗法。医院的这个病区叫 206 号病区，收的都是长年患"精神病"的人。他们的病分为恐惧症、精神分裂症、紧张性精神分裂症、惧血性精神分裂症以及慢性无差异精神分裂症等等。几乎不能指望他们的病情会有所改善。平均释放率为一年两人。传统的治疗法要求对患者仁慈、同情以及对患者的怪癖予以容忍；既然他们病了，就不能指望他们负任何责任。

哈林顿博士开始主持 206 号病区的工作。他在一名心理学家和一名社会工作者的帮助下，对他的医务人员及患者介绍了现实治疗法。他告诉医务人员，这些长期病号在过去某个时候因心理需要得不到满足，所以就无法以一种负责的态度来生活了。因为他们无法在真实的世界里满足自己的需要，于是突然地或渐渐地开始否认现实并进入了他们自己的世界里。医务人员所要做的，就是帮助患者确信他们的病并非永久性的，并帮他们慢慢学会以更负责的态度处世。哈林顿博士教护士和助理人员设法使患者专心致志。医治精神极度紊乱的患者(其中有些是凶暴的或有破坏性的患者)的治疗过程，有的为期几周，有的长达六个月。最终患者开始意识到有人关心他，从而就会相应地改变自己的行为，时而改好，时而变坏。当患者开始认识到他被人作为一个人看待时，他就有可能开始摈弃他那不合群的行为症状。

医生帮助每个患者培养责任心，先是在医院里，然后是在社会上。不久人们就开始感到 206 号病区在发生一些变化。第一年，即 1962 年，年平均释放率以原来的二人上升到二十五人。到了 1963 年，年平均释放率高达七十五人，其中只有

三人重返病院。第三年八十人获释，七人返回。第四年一百一十一名患者走上社会，只有七人回院接受进一步治疗。1965年，哈林顿博士又开始私人行医。

纽约市应用生物学学院的心理学系前系主任劳伦斯·勒桑博士相信，在他们的职业领域里发生了一些重大的变化。1962年，他在一篇文章中写道："科学思想领域里的一场革命并不是立竿见影的，即使对与这一领域有密切关系的人来说也是如此。它可能在沿自己的道路行进，并通过一大批出版物而被人们感受到。每一种出版物都涉及变革的一个阶段，并提出一种普遍的理论以表达对旧理论、旧技术的不满，但同时对可能正在发生的变化的性质却没有一个清晰或前后一致的认识。

"这种普遍的气氛可能会使有关领域中的大部分研究人员改变他们的思想方式和行动方法——通常改变的方向都很相似——而同时却仍感到他们的大部分同事还在以旧方式行事。

"这篇文章的宗旨就是要说明，这样一场革命——一场在理论及技术方面的重大变化，已暗暗地在以精神分析为方向的心理治疗领域里展开了一段时间了，而且这一变化已在各个层次上发生。"

勒桑博士找出了五个正受到批判性的重新考察的精神分析理论的假设。第一个假设是他所说的心理宿命论。他所看到的新趋势与认为人是内部无意识冲动和外部环境的无能为力的牺牲品的观念相去甚远。现在有一种怀疑弗洛伊德的一条格言的趋向，这条格言说："我们并未生活，是未知的、无法

控制的力量使我们生活。”勒桑说："宿命论将心理疗法带到了两种困难的境地。其一是，心理治疗学家试图原谅患者消极的、无益的行为；鉴于一切都是患者的过去所决定的，因而他没有理由要有负疚感。其二是，心理治疗学家试图毫不担忧地接受患者积极的、有益的行为，以使患者获得自爱与自尊。”

第二条主要的似乎正在改变的假设，是道德相对论的观念。“心理疗法的一个基本的信条一直是：在治疗过程中道德价值是无插足之地的。没有什么东西属于道德上的‘正确’或道德上的‘错误’……现在，人们普遍认识到这话本身就是一种价值体系。正如罗洛·梅所说的：‘旧的治疗法不作价值判断是基于一个很明确的哲学体系——一种相当完整的相对论。’勒桑所确定的最近这种趋势是倾向于肯定道德价值与精神健康之间的积极关系的。他作了一个很有趣的评论：在有些科学家重新找到道德价值的同时，有些宗教领袖却正受到陈旧的道德相对论观念的影响。”

第三个假设是正统精神分析法的这样一个思想，即治疗学家必须与患者保持距离。格拉塞博士的现实治疗法是认为精神病学家必须把他的患者当作一个人并与之打成一片的新观念的绝好例证。

第四个主要假设表现为弗洛伊德学派反对在治疗中处理真实生活问题。勒桑博士相信这种假设正在发生变化。勒桑举出如下病史作为这种旧观点的一个典型事例：一个妇女打电话给曼哈顿精神健康社团的主要工作人员莎拉·康内尔，想听听她的忠告。“她和她丈夫都在接受精神分析……他接受分析已有六年，而她也已有四年了。她丈夫的分析医生要提高收费，而他的收入最近又减少了，因此他觉得很窘迫，无

法跟他的分析医生讨论这个问题。这位妇女想知道康内尔夫人是不是认为她可以打电话给她丈夫的分析医生，并告诉他实情。康内尔夫人回答：'当然可以。不过你不是在接受治疗吗，你为什么不找你的分析医生讨论这事呢？'那妇女吃惊地愣了片刻，说：'可是康内尔夫人，这是一个实际问题呀。'"

第五个假设认为人的本质都是邪恶的。勒桑写道："目前人们似乎已开始反对这种观点了。他们逐渐意识到积极的动力恰恰是'真实的'，它与消极的动力一样是人的本质的有机组成，与它同样重要。"作为这种假设的实例，他讲了一则关于一个秘书的故事。她去为一个精神分析学家工作，可是几星期后就辞职了。有人问她为什么不干时，她解释道："因为我总是错的。假如我上班迟到，他就说那是因为我有仇恨心理；假如我来早了，那是因为我很焦急；假如我准时到了，那是因为我迫不得已。"

他以一种更严肃的语调举了第二个例子：1960年在纽约市的一所公立学校，一个心绪骚乱的八岁女孩在发脾气。她躺在地板上大哭大闹。校长——一个非常有洞察力、又很敏感的人——把她扶起来，抱在手臂里并抚慰她。因为他意识到此刻她最需要的是什么。她开始平静下来，只是靠在他肩上抽泣。学校的社会工作者（态度非常认真地）对校长说："我告诉过你，你思想会开始升华的，因为你没有女儿。你还是小心为妙。"

《人本主义心理学杂志》第一期于1961年出版，A.苏蒂奇任编辑。第二年，美国人本主义心理学协会（AAHP）成立。马斯洛博士的思想对这两者的发展具有重大影响，可是，暗示AAHP是发展或推动马斯洛哲学的机构则是不确切的——

这个协会代表了一种很广泛的人本主义观点。

协会创建者中有卡尔·罗杰斯的无定向治疗法的倡导者、格式塔心理学的倡导者、普通语义学的倡导者以及阿德勒学说和荣格学说的倡导者。这个新的协会代表了对机械的、宿命论的、精神分析的、行为主义的正统思想的反叛。

詹姆斯·布根托是协会的第一任会长，并为人本主义运动写了内容广泛的论著。他要读者注意不要把人本主义运动与人道主义混为一谈，因为这个词过去也一直在用。从传统意义上说，人道主义过去一直是用来指与有神论相反的无神论或不可知论的。有神论相信宇宙中有一个创世者或一种创造力量。布根托说："人本主义心理学包括虔诚的有神论和坚决的无神论以及所有介乎这两者之间的思想。"他接着说："人本主义心理学不是现在才有的，威廉·詹姆斯无疑就是一位人本主义心理学家。这种心理学通常会被普通人视作'真正的'心理学。它所探讨的范畴能与'心理学'(关于心灵的知识)的字面意义最密切地吻合在一起。自古至今的哲学家往往关心的就是现代人本主义心理学研究的那类问题。"

1964年布根托博士写道，心理学界出现了"一场重大的突破"。他觉得这是人关于自身的知识的一个新纪元——这个纪元"在人类状况方面会发生的变化，将同我们在过去那个世纪已看到的物理学方面的变化同样深刻。"他为这场广泛的运动找出了如下特征：

1. 人是心理学的中心题材。人本主义心理学反对运用从老鼠、猴子或鸽子身上获取的材料，反对把它们看作与研究人本身具有同样的重要性。

2．人不仅是其各部分的总和，而是必须被当作一个统一的有机体来研究。

3．人本主义心理学高度评价个人自由。它力图帮助患者更好地预测并控制自己的生活。布根托这一论点与行为主义相反。行为主义学说总是用来为那些"预测和控制其他人的人服务的"。

4．人本主义心理学在确定研究成果的价值的标准方面强调人的目标而不是非人的目标的重要性。有一些有效的人本主义标准，如内在意义、与其他观念的一致性、通过独立观察者的观察结果而进行的证实、在改变人类经验上的有效性——所有这一切都与统计材料的频度和实验的重复结果一样有效。

布根托博士所确定的人本主义观点包括这样一些说法："人有意识"，"人可以作选择"，"人有责任心"，"人的潜力比他已经实现的要大"。他用这些思想反驳别人的观点。"行为主义者往往把人看作是各种条件反射的一个精密集合体。各种反射互相连结并形成一定的等级层次。不过它们主要是，或者说完全是来自过去的经验。这些经验由外部刺激而产生，而且只是从行动的意义上说是重要的……经典的精神分析学家所用的模式与行为主义者的模式有某些相同的特征。例如，精神分析学最强调的是过去，主要从止血的意义上去对待患者的动机，把各种外部力量对有机体的影响说成是有机体，成为何物或做何事的主要根源……相对说来，却很少注意清醒的人的意识，而对无意识却倾注了大量的注意力。"

人本主义心理学家协会得到了稳步的发展，到了1969年中期，已有一千二百多名成员。这可以与1892年成立的更古

老的美国心理学协会作一比较。这个协会的成员近三万人，包括了美国绝大部分有水平的心理学家。布根托写道："人本主义心理学碰到的一个明显的障碍，就是美国各主要大学及心理学研究中心几乎都不阐述它的主张，而这些机构几乎都为机械的、无自己志向的职业人员所控制。"

15 犯罪、违法和毒瘾

罪犯、酗酒者、习惯性吸毒者每天要花去我们这个社会几十亿美元。有关犯罪和吸毒的统计数据表明，这些问题的增多比我们人口的增长还要快得多。无人确切地知道有多少名酗酒者，不过估计是在四百万到六百五十万之间。每年因酗酒花费的钱财，包括给工业带来的损失，远远超过三十亿美元。每年犯罪带来的损失估计高达二百七十亿美元。尽管这些问题很严重，用于努力使这些人改邪归正的钱却少得惊人。政府的行动一般都是惩罚性或管制性的，往往并没有致力于使他们改邪归正。而精神病学家和临床心理学家一般又回避这些严重的问题。

目前证据虽然有限，但却清楚地表明了第三思潮心理学为解决这些代价巨大的社会问题提供了人们盼望已久的钥匙。

使顽固的罪犯改邪归正的"七个步骤"是由威廉·桑兹提出来的。他本人过去也曾是个罪犯。

桑兹还不满十八岁就因五次用一支未装子弹的生锈的左轮手枪拦路抢劫而被捕入狱。教养院的经历只是使他的态度

更顽固。他决定成为一个职业小偷，而不是业余的。他与教养院的其他同伴都仇恨和蔑视权威。他说这种仇恨是一切罪犯的最普遍的特点。

桑兹并非家境贫寒。父亲是加利福尼亚州最高法院的法官，但经常酗酒；母亲是一位引人注目的社交界人士，不过，用桑兹的话来说，"是个虐待狂"。桑兹九岁时，母亲从玫瑰丛里折下一根树枝打他，直到他的背部皮开肉绽，留下的伤疤好多年未消。

一出教养院，比尔*就开始找他父母算账，找教养院、卫兵和整个社会算账。1941 年他被判一年以上、终生囚禁以下的徒刑，被送进圣关丁监狱。他不久就成了一个顽固的、充满仇恨的罪犯。他试图杀死一个罪犯同伙并几乎得手。在单独监禁的许多个星期里他都在计划向社会报复。

鉴于他那不可救药的犯罪记录，他重见天日的机会似乎很渺茫了。可是圣关丁的新看守长克林顿·T·达菲却改变了他的生活。达菲相信囚犯是能够改好的。一位电台评论员对看守长达菲说："你应该知道，豹子身上的花斑是不会改变的！"达菲回敬道："你要知道，我不是在跟豹子打交道，我是跟人打交道，而人是每天都在变的。"在达菲看守长的鼓励下，桑兹确实有了变化，获得假释，成了一个令人尊敬的公民。几年后他娶了妻子，有了一个舒适的家，开一辆墨西德士-奔驰牌汽车，成了一名受欢迎的夜总会演员。

但是他忘不了他在监狱的那段经历，于是就决定致力于帮助罪犯改过自新。他的"七个步骤"是在莱文俄斯监狱开始

* 比尔是威廉的昵称。——译者

着手的。这些步骤的基础是一个与马斯洛有关的原则，这一原则认为不负责任不会有好报，而且犯罪行为并不能满足罪犯想与他人来往的需要。因为自己曾是个罪犯，桑兹就能够打破罪犯与绝大多数官方人士之间存在的那种障碍——当人们想教育罪犯时，这种障碍会使罪犯对别人的话充耳不闻。他说："所有的罪犯都不满他们儿童时代所受到的待遇。他们的老师不公正，他们的父亲又不真诚，他们的母亲是一个坏女人，还有其他各种各样的不满——所以他们进行反抗……每次服刑他们都心怀仇恨和愤懑。有些人急于出狱，以便能再次证明他们仍旧是一个不公平的制度的反叛者。"

比尔对狱内的一组囚犯进行治疗。他们同意现实地想问题。经过一段时间后，他们都逐渐地完成了七个步骤的疗程。这一方案就是靠罪犯来改变其他罪犯。这个体系既严格又现实，它迫使这些人认识到他们的行为是多么愚蠢。这七个步骤还包括这样的概念，如："在我们所处的这个世界里正视自己……下决心说我们需要改变自己……意识到存在着一种我们可以从中汲取力量的力量源泉……诚实地评价自己……帮助我们自己克服弱点……制定我们通过每日努力可以达到的目标……让我们下决心也帮助他人，就象他人曾帮过我们一样……认识到我们的自由比我们的怨愤更有价值。"

莱文俄斯是个戒备森严的监狱。获释后重又抓回监狱的囚犯的正常比率为百分之八十。经过七个步骤疗程之后，这个比率降到百分之十以下。这一疗程目前活跃在好几个州，它使四千多名假释犯改邪归正。

专门对付顽固罪犯的密歇根州福林特"莫特职业指南学习班"成立于1964年。这一实验性学习班采取一些方法来改

变这些罪犯的价值观。这个组织试图使罪犯成为为大众贡献力量的社会成员，而不是成为更老练的罪犯。它认为没有任何人生来就是一个罪犯。所以所有的或者至少绝大部分罪犯是有能力改过自新的。犯罪行为既不正常而且也不健康。

这一学习班发现，一般说来这类工作的最佳顾问就是有能力与才赋提供有意义的动机、忠告及指导的人。按照在莫特的研究人员B. G. 赫索普尔博士的意见，顾问必须具备如下素质：真诚地关心他的同事，能同情或“设身处地”为他人着想而同时又保持个人的客观态度，具有关于人类行为的有意义的基本知识。莫特职业指南学习班已成功地启用了一部分有前科的人作顾问——这是该学习班的一个重要方面。无论囚犯是在狱中还是获得假释出狱后，顾问们一直与他们保持联系，而且向他们证明他们是有能力变得有责任心的。这个学习班以教育为主，通过个别交谈、集体治疗和教育来改变罪犯的态度。莫特基金会最近的一次报告透露：五百零四名自愿参加学习班的人中只有八十七名，或者说百分之十七的假释犯在学习班毕业后违誓逃跑。与之相比，一般假释犯在相同环境下遵守假释的人在百分之三十到百分之七十之间。

约南药典基金会由于佛罗里达州立大学犯罪学及感化学系的L.J. 希普钦教授而首次引起我们的注意。希普钦博士研究过该基金会的活动并写了一份观察报告。

这个基金会由亚特兰大市律师丹·麦克杜格尔于1962年创立的。麦克杜格尔对佐治亚州对待犯人的方法极为不满，他说：“以前，佐治亚州的监狱都按这样一条理论办事，即长期囚禁加上害怕来自社会的报复就能解决问题。这实际上将有利于社会，因为罪犯大多死在狱中，使社会上的犯罪行为减

少。但这样对待罪犯太严酷了。而今天的方法却是：尽快地把罪犯送回社会，使他更加训练有素，受到更好的教育，装备更加精良，以成功地实行其反社会的预谋。……社会对罪犯的几乎不加掩饰的蔑视，切切实实地为罪犯所感受到，罪犯便还之以十倍的仇恨、怨愤及凶恶。社会无法与罪犯交流，罪犯也无法与社会交流。”

约南药典基金会开始着手寻找一种更好的解决方法。该组织从事多种领域的广泛研究，它设计的项目是一个行为科学、希腊哲学、基督教道德的综合体。尽管它源于宗教，却对基督徒、犹太教徒、穆斯林教徒、不可知论者或无神论者同样有效。它的目的不是皈依宗教而是使感情成熟。感情的成熟对人来说是自然的、有益的，而感情的不成熟则会导致神经症、精神病、酗酒、吸毒成瘾或犯罪。不成熟的成年人通过其不健全的行为给自己和他人都带来过分的紧张感。罪犯完全脱离现实，他们越是想减轻紧张感，结果就越糟。麦克杜格尔先生说：“罪犯的心理特点就是不尊重他人：不尊重他人的生活、他人的财产或他人所爱的人，或是这三种不尊重都具备。

“要从道德上改变他们的犯罪心理，就是要使他们在内心潜意识里建立起对他人的尊重。这就要求罪犯从心理上接受包括爱邻人在内的道德准则，其中‘爱’和‘邻人’这两个词要给予恰当的定义。”麦克杜格尔认识到，几千年来教堂就一直在试图向人们灌输这一条，可是因为它们缺乏对心理学的理解，结果收效甚微。因此，神学家有正确的启示，但缺少合适的传达方法。从另一方面说，正统行为科学一般总反对向罪犯传授道德，原因是这样做没有科学根据，而且还可能对人有

害。麦克杜格尔谈到过这种观点："西方心理学普遍认为罪犯接受一种道德准则就会'损害自我'，产生焦虑、内疚，因而增加了紧张感。简言之，这样做是不可能成功的。"

约南药典学习班有以下几条设想：

1．人的行为是有其心理规律的，正如物质的东西有其物理规律一样。

2．理解并运用这些心理规律（自然规律）就会产生从心理和生理上说都是健康的行为。

3．心理病态是违反心理规律的产物。

4．伟大的思想家——先知、哲学家和神学家——曾多次描述这些规律，但普通人要想由自己去发现这些规律却有困难。假如一个人通过个人经验认识了这些行为规律，那他就会选择按规律办事，因为他意识到这样做对自己是最有益的。

经过数年的研究和准备，雷德威勒附近的一所佐治亚州的戒备森严的监狱开始试行探索性的计划。这项计划于1967年12月开始实行，一直持续到1968年春。专家们按基金会采用的方法教育两个有心理病态的罪犯。其中一个是第五次入狱，另一个是第二次。经过二十个小时的训练，这两人和两位基金会成员开始教育分成四组的二十三名罪犯。每星期工作两个小时，共八星期。罪犯可以自愿参加。每个参加者接受一组测验，以确定他的现有态度和心理习惯类型。他们要求囚犯们重新检查一下他们多年来的态度和看法（这些态度和看法除了给他们带来了苦难以外，什么也没有给他们。）他们向囚犯传授爱、法律、邻居、自我、给予、精神、态度和权威这些词的确切含义，还鼓励他们在日常活动中试验一下这些概念的效力。

这一实验性学习班的各方面情况都被小心地记录下来。这些记录和心理试验及报告，加上佐治亚州教养院院长A.凯利先生的通信，以及监狱看守长、心理学家、精神病学家、牧师和门卫的通信，还包括囚犯及其家人的证明，都生动地反映了囚犯的态度所发生的显著变化。原小组二十三人中，二十二人完成了为期八周共十六个小时的课程。这二十二人都发生了建设性的变化。这些人都曾是些顽固不化的罪犯——他们的特点是不尊重他人。他们被宣判犯有的罪行，上至多次谋杀，下至重大盗窃。他们还都有从看守较松懈的监狱逃脱的记录。

这个基金会意识到仅仅在假释犯口袋里装上几个美元之后将他们送回社会是不行的。务必在他们出狱后再对他们进行数年的监督和再教育。在经济和婚姻方面的实际训练是不可能在狱中完成的。

在道各提县司法区的配合下，一项假释犯计划被制定出来。这项计划的目的就是看看一个受过训练的约南基金会情感成熟训练班教师能否帮助县假释办公室确定：

1. 是否需要监禁违法者。

2. 在改变假释犯的犯罪倾向方面的进展。

3. 改邪归正的事实。

七个月结束时，一个有二十名成员的小组完成了计划的全过程。基金会官员坦率地承认时间还太短，实例还太少，不能下最后断语。不过初步的结果确实令人欣喜。所采用的方法被证明在预测改邪归正的事实方面准确度可达百分之九十五，即它能很准确地预测执行缓刑时哪些罪犯改邪归正了，哪些还需要监禁。连续、细致的心理测验表明，大多数参加者

(约百分之八十)从这项训练中受益非浅。总的来说，缓刑犯人重新犯罪被捕的平均数在这一年中从百分之二十二点五降低到百分之九。麦克杜格尔先生说，假如有进一步的实验证明现在的这种趋势，那么这种方法就代表了缓刑、假释及教化领域的一场重大突破。

雷德威勒监狱实验还有个未被人预料到的副产品。它发现在有些情况下，这一方法还治好了酗酒者和吸毒者。于是约南基金会成立了一个与亚特兰大市法院有联系的为酗酒者办的学习班。根据他们对这一如此频繁地与犯罪行为联系在一起的社会问题的研究，这个基金会断言，酗酒是一种后天学会的行为方式，它是可以戒除的。对数百名酗酒者作了测验之后发现，他们没有精神病，但却有着自己的生活经历与自己的价值体系相冲突的问题——他们试图用酒精来回避这种冲突。

调查结果发现，酗酒者与非酗酒者之间的区别在于酗酒者喝了少量的酒精后显然会产生了要喝更多的酒的愿望，而这种问题在一个非酗酒者身上是不存在的。积重难返的酗酒者的第二个特点是，喝酒后他们会感到更加聪明、更有创造力；而一种相反的感觉——喝酒后感到更愚钝——则是非酗酒者的典型特征。这个基金会的文件说："在典型酗酒者的关于人的生活与思想所应遵循的准则的观念中存在着相当大的冲突。所有的酗酒者，除了与嗜酒者互戒协会有相当多的接触的以外，都在爱、惩罚、宽恕、成功和合理等方面表现出矛盾的观念。"

因酗酒而触犯刑法的人如果不愿服满刑期，完全可以自愿参加酗酒者学习班。参加者必须住满二十天——前七天住

在市监狱，后十三天住在由约南基金会赞助的指导中心。学习班的第一个实验同对罪犯和假释犯进行的实验基本相同。首批约六十一名长期酗酒者中有三分之一的人在没有监禁满七天以上、没有医疗或饮食方面的帮助的情况下就戒了酒。这个试验后来中断了，因为工作人员感到在情感成熟教育计划中加上医疗及饮食方面的帮助，则成功的百分比就大得多。这些较先进的试验现在仍在继续着。约南药典基金会相信，进一步的实验将会证明最初的结果是正确的。事实上，随着人们对这一方法有了更多的知识，可以预料，将会有更多的引起哄动的实验结果。以上一切都是对马斯洛博士第三思潮理论的一些基本设想的进一步证实。

格拉塞博士关于一种革新的治疗法的思想在本书第十四章中已作了描述。现实治疗法首先在凡特拉学校的姑娘们身上试行。这个机构是为严重违法的姑娘们开办的——其中有酗酒者、吸毒者、妓女、小偷、甚至谋杀犯。这些姑娘中大多数人都已数次进出少教所，接受精神病治疗。只因她们年龄尚不满二十一岁，所以才没进监狱。

格拉塞的目标就是要让每一个姑娘在六到八个月内改邪归正，而不管她的敌对情绪有多严重，以便在一个假释官员的帮助下，使这些姑娘以后不再惹麻烦。这个学校的全体工作人员都参加了这项试验工作。现实和责任是姑娘们无法回避的观念。她们经受了职业训练、业余生活训练和集体治疗。如有需要，也对她们作个别治疗。但大多数治疗都在集体环境中进行。格拉塞教导校方职员要亲自与姑娘们打成一片，而不是保持高高在上的权威姿态。大多数的姑娘已学会把她们的问题归咎于早年的经历或无意识冲动或社会，但这些借口

不再成为理由了。现实治疗法的原则坚持要她们为自己的行为承担全部责任。

集体环境尤为重要，因为患者相互接触，不久就学会如何以现实的态度面对集体中的其他人了；集体环境还使人想到用更好的方式来对待现实问题。

事实证明，格拉塞博士的方法对百分之八十的违法者来说是成功的。这个百分比远远高于用其他方法获得的结果。那些方法的成功率极少超过百分之四十。

假如比率的增长能说明问题，那么嗜酒者互诫协会则是个极为成功的组织。它在1935年刚成立时固然弱小，但它不断发展。到了今天，九十多个国家已共有嗜酒者互诫协会一万五千多个。国家酗酒问题研究会报告说，精神分析对酗酒者无甚效果，酗酒者与精神病学家相互之间根本没有共同兴趣。1969年《洛杉矶时报》上的一篇文章说，县法官不再把长期酗酒者委托给精神病专家了。这些法官发现嗜酒者互诫协会远胜于这些医生。现在，法官们常常把积习难改的酒徒托付给嗜酒者互诫协会。

这个协会估计，通过切实努力，完成整个计划的人中至少有一半的人能成功地控制恶习。这项运动认识到酗酒者与社会上普通的喝酒者之间有明显的本质区别。一般喝酒的人是能控制酒量的，而酗酒者则做不到，他会一杯接一杯一直喝下去。不过协会最强调的是一个人的态度和行为。酗酒总是毫无二致地伴随着性格上的严重问题。主要标志是：引导不当的意志力和极端的以自我为中心。蔑视权威是很多酗酒者的一个共同特点。学习班教导说，人的本能如果控制适度的话，基本上是好的；但如果放任自流或引导不当，则会导致严重的

感情问题。嗜酒者互诫协会是一个自愿的、自我帮助的教育学习班。自我反省被认为是一个从不间断的、终生的过程。协会成员受到这样的教导：要待己诚实。当他们确实诚实时，他们的人格就会起变化。协会成员一共要进行十二个步骤的活动，其中第四步是“探索自我，并毫无畏惧地认清自己现有的道德水准”。学习班要求他们既认识到自己的长处又认识到自己的短处。这是一个旨在培养个人责任心的训练项目，它不允许酗酒者责备社会、父母、妻子、丈夫或同事。他们学会了谦逊以及如何与人相处。该组织中所有的成员都有责任帮助比他们更不幸运的同伴。新入会的人不久就发现他们的问题并不特殊，所有的酗酒者都陷于这类痛苦：惧怕、嫉妒、怨愤和对诚实的自我分析的抵抗。

嗜酒者互诫协会的手册说：“我们根据经验发现，通过与他人一同节制，我们就会加强自己的自制力……我们还懂得了通过与他人共同分享，通过把我们的节制‘分给别人’，我们自己保持清醒的能力也加强了。”

西纳农基金会是查理·戴德里奇精心计划的产物。这是一个为吸毒者进行自我帮助的学习班。戴德里奇没有受过专门的心理学训练，他的很多思想来自他从嗜酒者互诫协会得到的个人体会。西纳农组织的一名成员T.帕顿说：“我们并不象弗洛伊德以来几乎所有的心理学一样，一开始就把人都定为病人。相反，在西纳农，我们认为人们不是因为病了或居心不良才行为不端的；他们是因为愚蠢。……吸毒成瘾者对愚蠢的思想及行为方式比对毒品更依恋不舍。”

这是个自愿参加的学习班。吸毒者想来便可以来，想去

也可以随意而去。总的来说，留下来的人中半数以上被治好了。这个学习班远比正统精神病学和心理学成功记录高，它的方案是，几乎完全凭借曾是吸毒者的人来使吸毒者相信他是能改掉恶习的。第一个阶段大约需要一年时间。在此期间，新来的成员住在西纳农住宅区的房屋里。在有益的家庭气氛中，他们毅然把毒瘾戒了。患者在西纳农通过完成一些简单的任务来学会树立信心。每星期有三个晚上，院里所有成员碰头并展开集体讨论和治疗。所用的方法是直接交锋。这个时候，每个人都有充分的机会畅所欲言。他们说的话由其他组员加以仔细研究，每个人都必须完全诚实，实事求是。

绝大多数吸毒者从未有过一个温暖的家庭环境，而这是西纳农之所以成功的秘诀之一。组员发现同组的人都象兄弟、姐妹、父母一样对待他。小组对每个成员都很关心。新来的成员渐渐地也学会了接受并遵守这里的规章制度，并且对自己越来越负责。

在第二阶段，成员们走出西纳农去工作，不过他们每天夜里都回“家”。在第三阶段，他们便完全离开西纳农，成为社会中有责任心的人。马斯洛也亲自到西纳农的一些小组里去听他们的小组讨论，并为自己所看到的情况而深受感动。他写道：“在这里，人们非常蔑视社会工作者、精神病学家及其他的‘专家’。他们根本不信任，有时还仇视甚至惧怕那些‘纯粹’的书本知识、有学位的人以及有懂行的证书却实际上一无所知的人……就我所知，西纳农类型的治疗法治好了许多吸毒者，而我们所有的医院、医生、警察、监狱、精神病学家和社会工作者实际上连一个患者都没治好。”

斯坦顿岛的戴塔普村是又一个办得很成功的吸毒者治疗中心。前执行主任大卫·德伊奇报告说："工作人员教吸毒者如何成熟——教他们要有责任心。"他提供了为期十八个月的记录，这些记录表明百分之八十四的人只要在戴塔普呆上一个月，就迟早会留下来以图治愈。象西纳农一样，这个学习班是由人们自愿参加的。参加者中大约有百分之六十的人会留下来。一般需要十八到二十四个月的时间来帮助学员发展一种新的性格——一种"与吸毒犯初进该班时所具有的截然不同的性格"。

德伊奇先生用以下的话描述了戴塔普集体治疗法的态度，"我将以适合于人的尊严的方式来对待你们。这就是说，我决不把你们当作脆弱、畸形或不可救药的人；相反，要把你们当成能实现你们愿望的人。而且，我还期望你们努力发展创造力，减少失误而不是文过饰非。"

E.E.拉米雷兹医学博士是一个精神病专家，多年致力于解决吸毒问题。他采用的方法与正统精神病学方法颇为不同。他注重重新建立吸毒者的性格。在他的普厄多·瑞肯治疗中心，他取得了显著成功。在一百二十四名接受治疗的吸毒者中，只有七人在治疗后三个月至半年后又开始吸毒。与平均失败率为百分之九十二的联邦机构所采取的治疗法相比，拉米雷兹的方法失败率仅为百分之五点六。拉米雷兹博士说："九年前，当我刚开始治疗吸毒者时，人们告诉我说毒瘾是一种慢性的、无法医治的病。现在我再也不相信这种说法了。相反，我相信毒瘾是可以治好的，相信根本不存在纯粹的生理毒瘾；还相信吸毒者的问题来源于基本的但可以治好的性格素

乱。典型的吸毒者责任观念淡薄，对任何人或任何事都没有责任心。他的生活没规律，似乎也无法学会从失败中吸取教训。他根本无意戒毒。而目前的信条说毒瘾是一种生理现象，这恰恰为吸毒者提供了又一条借口：'我无能为力'。……我相信每一个人都想成为一个完完全全的人，但吸毒者却没有建立起一个良好的心理结构来实现他的愿望。"

拉米雷兹博士的方法象西纳农的和戴塔普的一样，也是靠已經戒毒的前吸毒者来帮助其他的吸毒者。在集体中面对面交锋是他的治疗方案的一个重要部分。要使一个人完全戒毒需要两到三年时间。

16 教育和个人潜力

马斯洛博士和其他第三思潮理论家对各个层次的教育都有重大影响。为了给本章收集材料，我们调查了相当多的有趣的教育实验。问题是教育的目标是很难下定义或衡量的，教育的结果也并不总是直接可见的。以下的例子也许能指明一些重要的新潮流。

绝大多数关于人的潜力的讨论都少不了要提起美国心理学史上一个伟大人物威廉·詹姆斯。詹姆斯把对人类尚未发掘出来的潜力的发现看作是他这个时代最重要的发现。他说：“我毫不怀疑绝大多数人不论是在生理上、精神上还是道德上，都只是很有限地利用了他们的潜力……一个所谓‘典型’商人，即一个健康的腓力斯人*，只是一个人所能实现的全部潜力的一小部分。我们所拥有的生命宝库是我们连做梦也想不到的。”他还说：“与我们应该成为的样子相比，我们只是半睡半醒。我们的希望之火被泼了冷水，我们的蓝图无法展现。我们目前只运用了脑力和体力的一小部分。”詹姆斯不但相信普通人只运用了百分之十的潜力，而且相信这尚未用上的潜力可以通过适当的技术被开发出来：“人能通过改变其思

想来改变其生活。"

詹姆斯以后的人们对潜力的兴趣减退了。心理学家更关心的是心理病态而不是心理健康。1954年，加德纳·墨菲出版的《人的潜力》(Human Potentialities) 以及马斯洛、罗杰斯、弗洛姆等人的研究又一次把焦点聚到尚未开发的资源这一点上来了。这个思潮的一个直接产物就是加利福尼亚州大苏尔的伊莎林学院的建立。到1969年底，美国全国已有了九十多个潜力开发中心。

犹他州大学人类潜力研究计划的前负责人赫伯特·奥托博士是发展有效技术来开发人的潜力的先驱者。在1967年加利福尼亚州拉·霍拉国立人的潜力开发中心的成立会上，奥托声称："近五十年来人的潜力这一课题几乎被完全忽视了。它只是被社会学和行为科学的工作者们当作他们研究活动的一个附加的或零星的课题。……我们所看见的只是个别的先驱者在极其有限的条件下从事十分有限的研究……" 他与一些他称之为"健康的、充分发挥作用的人"一起在犹太州大学开设了实验课。这些为成人开设的夜间课程被叫作："发挥你自己的潜力"。课程简介上写着："本学习班旨在帮助您发现您自己身上存在的、但你未必意识到并完全运用的能力、力量和才智。重点是发现你的潜力并发展它们，使你能过上一种更有活力、创造力的满意生活。"

奥托博士通过实验课及实验小组的活动，发现最富有成效的技术都强调人的积极经验和能力——即强调他们的能力

---

* 原意指市侩，这里指商人。——译者

而不是弱点。对过去的失败耿耿于怀不仅没有建设性，反而还有破坏作用。他说："每个人在出色地完成任务后都渴望别人给他们以应得的承认和赞扬。而在我们这个集中注意病态与问题的文化中，研究者们总是强调人的弱点、缺陷、错误以及不足之处。然而对儿童所作的心理测量清楚地表明，当一个疲惫的孩子受到赞扬时，他会产生一种明显的新的向上力量（教师对孩子的鼓励和表扬会极大地影响孩子一生的事业和发展。这样的例子不胜枚举。）相反，当孩子受不到赞赏或受到批评时，他们现有的体力也会戏剧性地减退。

"正如著名心理学家埃里克·埃里克森所指出的那样，只有当别人全心全意并一如既往地承认一个儿童的成绩时，这个儿童的自我才能获得真正的力量。这一点也适用于成人。相当多的心理学研究表明，假如在实验中成年对象受到赞扬或嘉奖，他们自己以及别人都会发现他们的表现有明显进步。这种进步明显地表现在领导能力、参与活动以及他们的自信心上……"到犹他州大学工作以前，奥托是佐治亚大学精神健康与教育专业的主任。他曾同其它教育者一起办了一些学习班。他发现批评性行为具有某种破坏性。"教师们总是闷闷不乐地说：'我做了好事，谁也不会提起。可当我犯了个错误，别人就对我批评个没完。'一名校长在为学校行政官员举办的学习班上说：'我得到的只是教师和家长的批评，他们从来都不注意我取得的成绩。'另一名学校监督说：'校长们能记得我最后一次听到表扬之辞是什么时候。'教育董事会成员说：'家长与其他人都跑到我们这里来抱怨。我们自愿献出我们的时间和精力，可从来也没有人为此而感谢过我们。'最后，在与家长们进行的小组讨论中常能听到这样的话：'我们费尽心血把自

已的孩子向正确的方向培养，帮助他们完成学校的功课，可谁也不对此说过一句赞扬的话。'"

奥托博士发明并尝试了一系列卓有成效的集体活动的技巧，以帮助人们认清并发展他们的能力。他收集的大量个案史表明了人的性格的一些显著变化。三十七岁的R太太就是其中的一个个案。她是某一小组中第一位受"力量冲击"的成员。所谓"力量冲击"是一个程序。由一个组员开始叙说他自以为拥有的性格力量，然后又由同组其他组员指出他们对该成员力量之所在的看法。R太太刚开始列举她的长处时显得很自信，但当小组成员开始表达他们对她的长处的看法时，她马上变得不自在起来。不多久她就建议大家停止讨论她。她觉得小组已对她讨论得够多了，一定厌烦了，因此应该讨论别人了。小组中的一位负责人觉得小组似乎并没厌烦，于是就这么说了。他还说，也许是R太太本人觉得不自在才要小组讨论别人的。R太太竭力否认，但小组仍继续讨论她，不过有些犹豫了。后来有人听R太太说，她会后与小组的好几名组员都核实过，证明他们确是厌烦了。她还说，她认为这位负责人有点"咄咄逼人"。

过了一个星期，R太太回到班上时，她对小组成员说"力量冲击"已使她的生活发生了变化。她说她刚回家时对那位"咄咄逼人"的负责人非常生气，但又感到内心某种东西开始崩溃了。当小组开始把注意力都集中在她身上时，她感到内心很矛盾。她是想得到帮助的，但又觉得他们对自己了解不够，帮不了忙。她希望听人赞扬，但又害怕别人对她有所企求。她还报告说自己开始有以前没有过的言行。她回家后请丈夫坐下来与她谈了一个多小时。她说她结婚已有十二年，可还

是第一次把他当一个个人来看。他们真正地交流了思想。她告诉了丈夫自已所感到的威胁，还意识到这是一个从孩提时代起就存在的问题。她老是觉得自己孤立无援，别人都在“找茬”。她老在抱怨没人愿意帮助她，与她合作。但现在她却意识到当别人确实想帮她时，她又退却了，因为她觉得“受到了威胁”。

奥托博士把以健康人为研究对象的观点看成是理解人类所必不可少的，并把这样一个问题看作是当今最有挑战性的问题：“我们如何发展并运用人类那百分之九十潜伏着的能力？……很显然，我们在行为科学，特别是心理学的领域里已面临一个重大的突破。”奥托还在加利福尼亚大学洛杉矶分校以及其他大学里开办发展个人潜力的学习班，举行小组讨论。

奥托提醒人们注意加利福尼亚大学洛杉矶分校大脑研究所空间生物实验室的W. 罗斯·艾迪博士及其助手们的研究工作。艾迪博士说：“从一切实际意义上看来，大脑的最大创造能力可能是无限的。”

奥托还提起1964年11月的一份苏联出版物。这份出版物报道了莫斯科心理学学院瓦西里·达维多夫的研究成果。一个题为“无穷的大脑潜力”的报道声称：“人类学、心理学、逻辑学和生理学的最新发现表明，人脑的潜力确实是极大的。苏联著名学者与作家伊凡·叶夫雷莫夫曾写道：‘当现代科学使我们对人脑的结构和功能有一定了解时，我们立刻为它的潜力之大而震惊万分。在通常的工作与生活条件下，人只运用了他思维工具的一小部分……如果我们能迫使头脑开足一半马力，我们就能毫不费力地学会四十种语言，把苏联百科全书从头到尾背下来，完成几十个大学的必修课程。’这番话几乎

没有丝毫夸张。我们如何才能发掘这巨大的潜力？这是一个模糊、复杂而又枝节繁多的课题。”

约翰·K.博伊尔在为期四天的名为“经理的力量”的讨论会上教了数千名经理、专职人员以及他们的妻子如何开发他们的潜力。博伊尔描述了个人责任的概念，并且引用了威廉·詹姆斯的话：“地球上一切生物中只有人能够改变其生活方式，只有人是自己命运的设计者。”博伊尔说：“变化与发展是人的自然状况。要想有一个满足、健康、成熟的生命，那么变化与发展就是必不可少的。任何人想抵制这种流动来寻找静止的话，就会陷入不健康的状态。”

博伊尔博士在1957年刚开设此课程时，本打算教育穷人和与社会格格不入者。他很快就发现，尽管他收费很低，这些人对此课程并不感兴趣。希望得到他指点的是那些已很成功，但还想更成功的人。于是博伊尔的这个组织就易名为经理研究会。

整个课程是基于广泛的研究以及博伊尔关于人是能改变的观点之上的。他谈起他早年生活时说：“我几乎处处碰壁。”为了不顾一切地创造一种新生活，他研究了威廉·詹姆斯、荣格、埃默生、巴甫洛夫、阿萨基奥利、墨菲以及其他许多人的作品。然后他花了好几个月着手进行一项雄心勃勃的计划——会见数百名成功的企业家以找到可能存在的衡量个人在效率方面的成功的共同标准。这样的思想，再加上他那位身为训练有素的心理治疗学家的妻子海伦的影响，使他的生活从失败转向了成功。

詹姆斯·法迪曼博士和里查德·卡茨合著的一本新书

《转变：个人成长的意义》(Transformations: The Meaning of Personal Growth)评论道，经理力量讨论会取得了“非凡成功”。该课程的侧重点是实际效果与提高效率。最近一次对讨论会毕业生作的调查表明，一年以前毕业的人的工资提高了百分之一百四十二。毕业时间在一年之内的人报告说他们的收入平均增长了百分之三十四。一些经纪人与保险顾问说他们的收入在两年内增加了二、三倍。妻子也被动员与她们的丈夫一起来参加讨论会。她们发现自己放松以及享受生活的能力有所提高，更能理解孩子，在解决家庭纠纷方面也有了戏剧性的进步。几乎所有毕业生都发现这门课程使他们与其他人，特别是与同事和与孩子的关系有所改善。男女学员最常提及的收效就是“增加自信，同时走向成熟”。

詹姆斯·纽曼曾是经理动力学习班的讲师和营业主任。他于1961年成立了自己的组织，并把他的讲座称为PACE(Personal and Company Effectiveness：个人及公司效率)。他指出大多数成年人对自己、对别人都有一种歪曲的认识以及对现实的不正确理解。这种认识通常是在他们童年时代就形成了。但值得庆幸的是，这种结果并不是无法改变的。他已使数千名经理及其妻子们认识到他们有改变自己习惯和性格的能力。纽曼把PACE的哲学说成是“以一定目的为指导的责任观念……一个人想成为什么样，就会是什么样”。除了开设成人课程之外，纽曼还建立了PACE基金会，把自我实现的观念灌输给高中学生和大学一、二年级学生。这些为期一周的讨论会在发展年轻人的积极生活态度方面极为成功。

泉水房地产公司为纽曼和博伊尔这些人所传授的思想提供了一个例证。这家公司是1963年锡德·赛弗森和吉姆·吉利带着他们的妻子参加了PACE讨论会后建立的。在讨论会上他们知道了每个普通人其实只运用了他们潜力的极小部分。他们懂得了树立值得奋斗的目标或努力达到这个目标的重要性。他们认识到自己在年轻时养成了坏习惯，有了消极思想；他们还学到了克服这些不利于成长的潜意识障碍的方法。他们知道了个人是能为自己的未来负责的。他们也研究了人类关系中的基本原则；如何去理解并欣赏别人的观点，如何交流思想，以及创造性等等。学习班结束不久，他们就办起了泉水房地产公司，由赛弗森任总经理。他们开始在工作中运用所学到的原则。他们把PACE原则写成手册，让每个新雇员人手一册，还常举办各种训练班。公司制定了大多数人会认为高得不切实际的目标，但它却以日新月异的速度发展着，现在已成了加利福尼亚州最大的房地产公司之一。刚入泉水房地产公司的普通推销员每年收入约为七千到八千美元。经过一年的训练和实践，他的年收入可达一万五千美元。

赛弗森总经理说："尊重个人的人格尊严是大家都必须遵守的一条基本方针。"在给予这种尊重的同时，公司还决心提供最佳的服务。他们坚持的经营方针是在所有交易中诚实无欺。如果房子的价格对买主的收入说来太贵，他们就劝阻买主。

1966年是个不动产交易的坏年头。加利福尼亚州不动产公司倒闭的估计有百分之四十左右。然而泉水房地产公司对市场的紧缩应付自如，依旧十分繁荣。两位合伙人把成功归功于他们在PACE讨论会上所学到的思想。

威廉·格拉泽医生目前正致力于如何预防违法行为。他多年来医治违法姑娘和精神病患者的经验使他确信，教育是通向健康生活的钥匙。他说："有些人一经违法，我们就再也难以成功地使他们完全复原。我们必须在他们很小时候起就让他们负责地、成功地参加到一个教育系统中去，使他们能成功地在社会中发挥作用。"

格拉泽的《不败的学校》(Schools Without Failure) 一书描述了现实治疗法原则在公共教育中的应用。与马斯洛一样，他也反对在正统的行为科学中如此盛行的宿命论观点。他写道："我不能接受流行一时的使失败合理化的做法。他们总是说这些年轻人是一种使成功成为不可能的社会环境的产物。把这些年轻人的失败归咎于家庭、社会、文化、环境、种族及贫困，这从两条道理上都会陷入死胡同：第一，它剔除了失败的个人责任；第二，它没有意识到成功之门其实对每个年轻人都是敞开着的。"

儿童们有两个基本需要——爱的需要和自我价值的需要。这也许可以被说成是对自我认同的需要。格拉泽把适于孩子的爱定义为社会责任心。儿童需要"学会相互负责、相互关心、相互帮助。这并不仅仅是为了他人，而且也是为他们自己……"

对感觉到自己是有价值的那种自我价值的需要是同爱的概念紧密相关的。假如一个孩子感觉不到自己的价值他就感觉不到爱，而感到有价值的最好办法就是做到有价值。儿童需要在早年生活中就体验到成功，但美国典型的公立学校往往是让人失败的。那些只体验过失败的人很容易就放弃努力，

失去动力。格拉泽估计在一般中学里，一半以上的学生几乎什么也学不到，甚至来自教养很好的家庭的好学生也是如此。市中心贫民区的情况就更糟——这里大多数学生都自暴自弃，成了社会和所在学校的一个问题。在这样的孩子中特别容易产生犯罪行为。格拉泽医生观察到违法姑娘的一个最普遍的特征就是绝望。她们对未来不抱任何希望。她们可能也聪明漂亮，但却因为从来没有或极少体验过成功，所以就根本想象不出自己将来会成功。

解决这个问题的方法是提供一所不仅能使学生成功，而且成功希望很大的学校。积极参与、对症下药以及以解决问题为目的的方法都是必不可少的。格拉泽在向学校里的孩子们提问时，总是一次又一次地发现，孩子们看不出他们所学的材料有什么价值。他写道："除了阅读这一小学阶段最重要的课程外，我们必须把每一门课程——算术、社会研究、科学、健康、甚至拼字、书写——都同孩子出了校门后所做的事情联系起来。当学校课程与实际生活脱节时，孩子们就会失去学习的目的性。"

达到这一目的的最有效的方法就是课堂小组讨论。据发现，当孩子们被排成一圈，而教师也成了其中一部分时，往往会发生激动人心的事情。受过特别训练的教师提一些很有技巧的问题，就能鼓励学生们开动脑筋，学会解决问题，培养社会意识和自我价值的感受。教师们强调的是现在和未来，而不是过去的失败。格拉泽医生发现有两个问题能帮助孩子们分析自己的行为。第一个问题是："你在干些什么？"第二个是："它对你有益吗？"这就为思考选择不同的办事方法敞开了大门。孩子们被给予各种选择，这就教给了他们责任心。然而

一旦他们作出了选择，他们就必须坚持下去，不能找任何借口，这又教会他们遵守纪律。格拉泽不相信体罚，但也不相信放任自流。当孩子们作了错误选择，他们就得承担其后果。“他们可以选择不遵守校规。这个选择是每个人都可以作出的。但他们必须承受他们这一选择的后果……学校和治疗学家都不应企图操纵这个世界，从而使孩子们不必为他们自己的行为所导致的各种后果而痛苦。”

孩子们必须得到一定程度的自由，只有这样才能使他们学会负责。但这是一种允许成功也允许失败的自由。重要的是要让他们尝到足够的成功滋味，使他们有继续努力的动机。这是一种关于个人责任心的哲学。“在帮助孩子时，我们必须让他们理解他们有责任满足自己的需要……不管我们如何改进学校，要是学生们不努力学习，没有自我约束，那他们终将失败。”

格拉泽医生反对降低标准以保证学生们都能成功。他谈起过自己在加利福尼亚大学洛杉矶分校担任“努力向上学习班”顾问的经历。这个学习班的任务是招收没有文化的年轻人，通过特别训练，使他们为接受高等教育打好基础。当格拉泽被请来担任顾问时，学习班正遇上了困难。格拉泽医生发现学习班是以正统的社会学的一些设想为指南的。它以为，既然这些年轻人受够了失败和惩罚的滋味，很难遵守校规，因此他们需要的是“一种放任自流的环境，没有条条框框，没有强制”。格拉泽说，这个学习班的问题在于没有认识到“这些孩子还没有学会在放任的环境中以对他们有益的方式行事”。他建议要制订并严格执行一定的纪律，还建议广泛采用小组解决问题的方法。“那些想放松校纪校规的人，因为急于取悦‘被

剥夺'的孩子们，所以未能认识到严格、公正的纪律标准恰恰表明了我们对孩子的关心。松懈的标准会被需要严格纪律的人理解为对他们缺少兴趣。”

格拉泽医生的思想在圣克拉门多附近有六百名学生的珀欣小学所进行的实验中得到了极其成功的证明。这个学校校长唐纳德·奥唐奈在1962年曾听过格拉泽的讲座，并曾对这位医生谈起过他自己的一个信念：教师与学生间温暖的个人关系是成功的教育的关键。格拉泽同意担任珀欣小学的顾问，还说这是“本国一个最有革新精神的、最重要的小学教学计划”。

他们委派了两名特殊的教师，一位指导为一、二、三年级学习较差的学生而办的班级，另一位帮助阅读有困难的孩子。这个教学计划的一个重要设想就是孩子们的问题应该在小学最初三年内得到解决。正是在最初的这几年里，孩子们需要尝到成功的滋味，而不是一味失败。与对待有困难儿童的绝大多数传统方法相反，那位特别任命的教师所用的办法是并不把学生从原来的班上抽出来，而是在同一个教室里让他们组成专门的小组。这位特殊的教师名叫马克斯韦尔。他听从常规课堂教师的指挥——后者仍然负责一切。另一位特别任命的补习教师也采用同样的方法，让学生在常规教室里组成一个个小组。这种让全日工作的各位教师配备两名随叫随到的额外教师的独特做法对全体教员都是一种刺激和鼓励。格拉泽谈起这一实验时说：“在珀欣小学这一富有想象力的教学计划中，参与、中肯、思考这三块教育的基石已不再只是一种设想而是现实。目前每一个学校都可以实施这个方案。这个方案给了学生一种几乎任何美国公立或私立学校都无法与之

娩美的教育经历。”

斯坦利·库珀史密斯博士是加利福尼亚大学戴维斯分校的一名心理学家，以前在布兰代斯学院曾是马斯洛的学生。他的研究具有特别意义，因为他着重的也是健康行为而不是心理病态，并对马斯洛所说的基本需要之一的自尊作了深入考察。库珀史密斯对中产阶级家庭十至十二岁的男孩进行了为期六年的研究。这些孩子的态度都由各种研究技巧仔细地加以测定，父母的、特别是母亲的培养方法也被认真地加以分析。

1967年，库珀史密斯在《自尊的前提》(The Antecedents of Self-Esteem)一书中发表了这些研究成果。这本书对长期为人接受的弗洛伊德精神分析理论中的一些概念提出了挑战。库珀史密斯是这样为自尊下定义的："它是个人对自己作出的、而且始终保持的一种自我估计；它表达了一种赞同或不赞同的态度，并表明了个人相信自身的能力、重要性、成功和价值的程度。"

库珀史密斯发现具有高度自尊心的人往往更加独立，更具有创造性，对自己的判断和想法充满信心，勇敢，社交上更独立自决，心理状态稳定，焦虑更少，更向往成功。这样的个人认为自己是有能力的，对未来有很高的期望，这往往使他们有更大的动力。高度自尊的人往往比自尊心较差的人更加幸福，日常生活办事更有效率。而自尊程度较低者没有自信，不愿在集体中发言，尤其是在他们有新的或创造性的思想的时候。他们往往倾听别人发言，自己并不介入。他们经常是自我意识很强，心事重重。他们在人际关系上不甚成功，在社

会、公众和政治事务中也不大积极。库珀史密斯写道："那些寻找心理帮助的人往往承认他们受着无能和无价值的感觉的折磨。他们把自己看成是无能的、低人一等的——他们无法改善自己的环境，缺乏内在力量去忍受或减少由日常事务和压力所造成的焦虑。医务人员观察到那些怀疑自我价值的人既不能给人以爱又不能受人之爱，这显然是因为他们害怕伴随亲密关系而来的自我暴露会使他们的无能显露出来从而遭受唾弃。于是他们在交往中回避与人亲近，结果是自己形单影只。"

有趣的是，人们发现一些能力很强的人自尊程度也很低，而一些能力并不太强的人相对说来却有高度的自信。库珀史密斯解释说人的自信是与期望联系在一起的。一些人对自己的期望与他们的实际表现相比显得太高，因此即使他们的行为在别人看来已是不错的了，在他们自己看来却仍属不行。高度自信的孩子往往有高度自信的父母，这一点并不奇怪，当然这种联系也不是一成不变的。

据发现，高度自信的孩子的典型的父母更爱护孩子、关心孩子，但在行为规范上则对他们的要求更严。高度自信的孩子的父母们把他们对学习的严格要求传给了孩子。尽管他们订下了规章条例，但他们却更能容许孩子们讨论这些规矩，并对它们提出挑战。

自信心较低的孩子的父母几乎不立任何规矩，即使立的话，这些规矩也很模糊，而且他们的控制方法往往是粗暴独断的。调查报告对不甚成功的父母作了如下描述："拒绝型父母的典型行为与本质上更能接受孩子的父母所表现出来的温暖和赞许态度之间有着天壤之别。拒绝型父母对孩子仇视、冷

漠、总是持不赞成态度，把孩子看成外来的、无价值的、甚至否定的对象。他们通过漠视自己的孩子，对他的要求、需要或热忱视而不见来表达他们的排斥态度。孩子得不到丝毫欣赏，他被当作一个不得不承受的负担，一件令人讨厌的、必须为之负法律责任的东西，而不是被当作一个可珍爱可信赖的生命……更强烈的排斥形式是采用明目张胆的、暴烈的方式表达自己的仇恨，如：公开声明不喜欢孩子，粗暴而不公正地惩罚，剥夺孩子的生活必需品和社会对他的关心。消极的和积极的排斥都表达了对孩子不感兴趣、不赞同以及讨厌的情绪。"

自信心很差的父母往往对孩子没有太大的期望，而他们消极的期望往往也确会成为现实。这样的父母往往对孩子颐指气使，他们好施惩罚的倾向会导致孩子缺乏自信心。研究表明，孩子的自信与父母的社会地位之间并没有明显的联系。社会地位低的父母与富有的父母同样可以培养出高度自信的孩子来，而且并不是所有高度自信的孩子的家庭都是很安宁、融洽、开明的。这些家庭有独立与公开表示不同意见的倾向。库珀史密斯说，这样的父母往往具有坚定的信念，经常与孩子进行措辞激烈的交谈，他们能够并且随时准备负起领导责任。他们不会容忍漫不经心的、不尊重的态度。

库珀史密斯对放任的教育方法十分不以为然。他说："放任自流的观念得到了精神分析理论早期追随者们最强烈的拥护。他们坚信如果孩子在适合他们需要的开明、灵活的规矩下长大，他们成年后就更善于调节，更有安全感。他们认为这样的规矩会导致孩子更迅速产生满足和欣慰之感，使孩子产生一种自信以及信赖他人的感觉。……提倡放任孩子的人认为压制会产生相反的结果，并下结论说不加限制的、自己要求

自己的方式会鼓励更多的自我表现和自我信任。这种对精神分析理论不加批判的推广是以这样一种内在前提为基础的：更自发的满足和表现是与更有利的发展、更大的幸福和更好的适应性联系在一起的……然而家庭民主和放任的观点却没有考虑到孩子不如父母有知识和有远见这一点。基于无知的表达往往是漫无目的的。它也没考虑到父母得为他们年幼的孩子负最终责任。

"他们把权威与独裁相提并论，把纪律与惩罚等同起来，把约束与拒绝混为一谈。

"从研究得出的结果来看，接受上述这些'相提并论的'定义的父母对他们自己所具有信念缺乏坚定的信心，因而往往更可能培养出焦虑的而不是自信的孩子来……显然，抚养、保护孩子以及调和家庭各成员之间的不同需要的任务，使一些(最低限度的)规定与约束成为必不可少的事。说制定规矩的父母是在拒绝、不民主或在惩罚孩子，这就等于无视抚养孩子的一些现实情况。……高度自信的孩子的父母要比自信心较差的孩子的父母严格得多。"

性格教育

公众教育的早期倡导者把道德教育视为理所当然之事。1916年约翰·杜威就这么说："教育理论的一个众所周知的常理是：学校教育和纪律的一个普遍目的就是性格的树立。"

两年后，由国家教育协会任命的中学教育改革委员会就

公众教育的目的发表了一个具有历史意义的声明。这个声明从此被称为"有关教育的七项主要原则"。这些原则是：1.健康；2.掌握基本过程；3.有价值的家庭成员；4.职业；5.公民；6.合理利用闲暇；7.道德性格。然而，弗洛伊德和行为主义的观点成了造成美国教育体制中轻视性格发展的主要因素。在这种观点的影响下，约翰·杜威本人也对道德教育失去了热情。哥伦比亚大学的大学教育研究处主任本杰明·伍德博士把这一侧重点的改变称为"美国教育与它在道德领域里不可缺少的职责之间的可悲脱节……"。1965年，另一个职业教育家给《印第安纳社会研究季刊》写的文章中谈道："也许从1900年到1950年间的最大变化就是社会研究开始被看作主要起着一种社会化的作用，而不是象以前那样起着'传递文化遗产'的作用。"

弗洛伊德不主张进行道德教育，因为他认为精神病就是由对人的动物本性来说还太高尚的、强加在人身上的道德标准引起的。许多行为主义学家也强烈反对在一个人性不断变化、是非没有科学依据的社会里采用"固定的道德价值观"。这种道德相对论的一位直言不讳的批评家维克托·弗兰克尔博士说："依旧以社会自动平衡理论为基础的教育总是避免让年轻人面对理想和价值观，从而把对他们的要求减少到最低限度。"

1969年，有人为加利福尼亚教育部进行了一项全国性的公立学校德育情况调查。该项调查询问每个州的官员他们州的教育部是否为本州学校从事道德教育拟定了指导性原则。有二十九个州回答说，他们既没有指导原则，也没有任何研究这一问题的委员会。

再早一些时候，由克利夫兰教育研究委员会所作的一项调查断定："美国学校从幼儿园到十二年级的课程设置缺乏一个培养学生对社会事物作出健全的、现实的判断的能力这一远大计划。事实上这一重要领域里的空白已成了教育界的一个耻辱。"国家教育协会通过对全国讲课教师发调查表进行调查而发现，作了回答的教师中大约有百分之五十二的人认为学校没有对性格教育予以足够重视。

对于公共教育中这一有争议的问题，马斯洛的立场是十分明确的："我想说明精神价值是有其世俗意义的。它们并不为有组织的教会所独占，也不必用超自然的概念加以证实。一门适当扩大其范畴的科学完全可以把它们包括进去。因此，这些精神价值是整个人类的普遍责任。如果事实确是如此，那我们就得重新估计精神和道德价值在教育中的可能的地位。因为，如果这些价值不一定只是与教会联系在一起，那么就不必为了在学校里进行这些价值教育而去打破教会与国家之间的墙了。"

设在纽约的非赢利性机构美国观点公司自1922年起就对性格教育感兴趣了。这个机构认为既然伦理原则已在不断的摸索与错误中发展了几个世纪——"它是在实际生活中推敲出来的"——那么它就应成为公共教育的一个正当课题，这并不违反政教分离的原则。自1949年以来，美国观点公司的总裁一直是赫伯特·C. 迈耶。他以前是一个大学校长和美国教育办公室高等教育方面的专家，曾在哈佛大学教育学研究生院获心理学硕士学位以及教育哲学博士学位。在迈耶博士的指导之下，该机构对犯法行为的原因进行了广泛的研究。他们的结论是这样的："违法与贫困、住房、民族混杂状况之间

的关系微乎其微，环境的影响也比通常认为的要小得多。事实上环境有利地区的违法比率有时反而高，而环境看上去不利的地区违法比率却较低。所以，并不是环境本身，而是个人对所在环境的态度，决定了他的理想和行为。”

这些研究成果为马里兰州巴尔的摩市的伯纳德·兰德以及哈佛大学著名的格鲁克博士夫妇的研究所证实。多年来一直以研究犯罪和违法而著名的格卢克夫妇写道：“说到底，要想防止违法行为就要依靠某种比一般文化环境对人的操纵要更具体的东西。它需要在一个人性格形成的最初几年内就培养他形成一种完整健全的性格。”

迈耶博士十分反对人们这样一个一般的想法，即价值观是只能由自己捕捉到的，是不能被教会的。他认为这种错误思想是以往失败的一个重要原因。学校要成功，就必须直接地、系统地向学生传授价值观。纽约州奥辛宁公立学校系统，从 1959 年起，开始发展并试验美国观点公司的“优秀美国人”计划。该计划并不要求正式开设伦理课程，而是把它融化于已开设的社会研究课程之中。计划要求教师小心避免说教，并帮助学生自己去思索伦理观念并在日常生活中试验这些观念。同时，计划还鼓励学生从对伟大人物生平的研究中汲取灵感。该计划的教师手册列举了二十二条性格价值。这个性格价值一览表是从对杰出的教育家、哲学家、神学家和其它人物进行了一次全国性调查以后得出的，它包括节制、勇气、个人效率、自由、健康、诚实、主动性、耐力、可信性、合作、礼貌、友好、尊敬、容忍和理解等价值。奥辛宁地区的各个学校列出了一个系统的课程表，以确保该系统中的每个孩子都能在他最初的六年中的某个时候接触到这些价值观。教育家发现时

机合适是很重要的。某些价值观的理解要靠抽象思维，因此要在适当的年龄加以灌输。奥辛宁的教师手册中有这么一段，它也许能使我们对这一做法有所理解：

“赞美一种美德是有趣的，而且有助于更好地理解他人，但问题是还需将其付诸实践。教师如何才能使一个教学过程带来实际结果呢？班级讨论可以列举出哪些事可以做，哪些事不可以做；可以制定出一系列需要达到的目标。这样就可以得到全班一致赞同的作为奋斗目标的班级行动准则，或者是班级用来按照一种现存价值观行事的一系列准则。作为通向实践的一个步骤，它可以在学生通过班级讨论所意识到的各种场合中起一定作用。它可以导致大家在操场上进行某项活动时一致同意采取一系列行动。它甚至还能列举出孩子在自由活动中或在家中该做与不该做的事。

“将一种想法付诸实践的最初的、也是最重要的步骤，就是制定一个切实可行的目标，作为在实践中用以判断自己的基准。第二步是检查一下个人是否实现了他们定下的目标。成功能有助于确定一种行为准则，即使失败也能重新激起按理想去生活的热情。这种估量在整个过程中是十分有益的，它可以要求人们去回顾和重复教学过程中的一些重要步骤。这些思想和行动当然应该友好地加以回顾与重复，以便它们最终确实体现在实际行动之中。良好的教学方法甚至可以利用不断的失败来揭示一个问题的困难程度，同时帮助孩子鼓足勇气去实现他的目标。在这一过程中，对人物的研究，即对人物的生平传记的研究，是特别有帮助的。”

一个宗教团体曾对奥辛宁计划提出挑战，理由是国家干涉了宗教。学校负责人邀请了家长仔细地研究了这一计划，

并观察了课堂里的实际活动。真相大白后，那个宗教团体撤回了它的抗议。

美国观点公司也承认很难用完全客观的方式来衡量这项计划的结果。但是如果学校教师、行政人员、家长与孩子们的热情能说明问题的话，那么此项计划就是成功的了。有一次当一名教师的去世使计划中断时，一个教师委员会请求学校监督同意由他们继续管理起性格教育这项计划。目前已有一百多个东部学校和校区采用了美国观点公司的公民教育手册来改进它们的教学计划。

弗吉尼亚·特里维特夫人在加利福尼亚州科尔顿的中学里教九年级。她对自己的教学结果不甚满意。她的学生坐立不安、漫不经心。一些人带着刀子，另一些人虽然才十一、二岁，却已对人十分仇视。她学生中百分之二十是美籍墨西哥人。几乎没人对这个世界感到满意，没人曾尽全力来学习。特里维特夫人准备了一门发展性格的课程。这一方案被教育董事会批准了，于是她给每个新生上这门课，每星期五天，共教了三年。该课程的目的之一是“造就出一种把教育看成与现实世界的需要相关的新型学生，使个人具有为他的同时代人作出最大贡献所需的道德品质”。

她问学生一些针对他们日常生活的问题，让学生展开热烈的讨论，并鼓励学生在日常生活中检验他们发展起来的一些思想。她让这些年轻人有机会重新发现美国民主的理想——当学生们理解这些理想，并按这些理想生活时，他们就产生了干一番事业的宏伟计划。

与目前流行的关于年轻人的看法相反，特里维特夫人发

现她的学生中大部分人都对这种挑战有反应。他们为有机会讨论道德观念而兴致勃勃。特里维特夫人说："学生们乐于尝试一下看看这些道德观念是否行得通。当他们发现诚实不仅是'最佳策略'而且也行之有效时，他们感到很激动。"这一课程带来的变化有时是令人吃惊的。这里有一些典型的例子：

"鲍勃是一位径赛明星，同时也很容易动感情。他窃据了一套他自以为使他屡次获胜的具有魔力的运动服。每当有比赛时，他不大愿意冒输掉的危险去领新运动服。第二学期开始后，学生们开始进行诚实的实验，于是鲍勃想起了运动服的事情。当同学们讨论到小小的越轨行为与全国的贪污和腐败之间的联系时，鲍勃断定最重要的是诚实的原则，而不是某次行为的法律尺度和后果。他认识到，如果每个公民都是诚实的，国家的债务就会减少。他还懂得了偷窃一个靠税收来维持的机构就等于抢他父母的钱。他退回了那件他占为己有的运动服。这一举动使他有了一种新的道德，并为他做一名诚实的公民铺平了道路。"

"约翰长得象一个典型的美国男孩。最初他带着怀疑态度来看我们的尝试。学校使他生厌，他说他到了十六岁就准备退学。他来自一个贫困而又不安宁的家庭，父母酗酒和赌博。他得经常照顾小弟弟们，因此他恨他们。但约翰终于对同班同学身上所发生的变化有了兴趣。他暗暗地为一个念头而心驰神往：假如他想让事情有所改观，那他就得从自己做起。于是他不声不响地开始改变自己在家里的表现。他把弟弟们组织成一支清洁队，然后象一群特洛伊人一样齐心协力地把杂乱无章的后院里的垃圾清理干净。约翰还划出了一块篮球场地，训练弟弟打球。他为自己的弟弟们感到骄傲。过去

的争斗、惩罚不见了。接下去他又把这种努力扩展到家里。他教小弟弟们铺床，一天晚上他还向父母坦白了他对他们感到的所有怨恨，并向他们道歉。他表示以后不再老是对父母不满、反抗，说要为帮助家庭出一把力。他母亲后来悄悄告诉我：'那天夜里他父亲和我都哭了。'结果，他父母戒除了酗酒和赌博。他们把房子里里外外漆了一遍，邻居们为他们的变化大为吃惊。三年后，约翰从中学毕业了，进了本地一所最好的大学。大学毕业后，他加入了空军。现在他已成为一个商人，还有了自己的家室。"

"佩德罗属于一个以拔刀动武为家常便饭的团伙中的一员。他英俊、傲慢、玩世不恭。他父亲开了一个弹子房，常常喝得烂醉。他母亲也有自己一帮人，而家庭生活则成了逢场作戏。一天，从他的几个新朋友那里，他领悟到，他对冒险的爱好应该用在建设性的地方。他们使他确信他的勇气是有用的，他必须真正奋起斗争为他的墨西哥人民争得太阳底下的一席之地。正义的斗争！他决定抛弃小刀，离开原来的一帮人。他知道那些人会找他麻烦，但他现在已有了可以信赖的朋友。最后，他与父亲作了一次谈话。他承认他与警察有过麻烦，他也玩过女人，酗过酒。他下定决心让这一切一去不返。他曾憎恨父母，因为他们把家庭变成了战场。现在他为自己的怨恨道歉，并懂了怨恨只能带来流血。他告诉父亲想与他一起努力，来清除他们地区的不良现象……佩德罗的新变化极大地影响了他的父母。他们重新开始去教堂做礼拜，还戒了酒。他父亲卖了弹子房，开了一家五金商店，他儿子放学后就和他一起干。佩德罗开始自新两年后，这个家庭就被认为是整个地区最有责任心的家庭之一。"

17 工商业

好多年来，企业的领导人就一直对人类行为和动机感到兴趣。起初并没有进行多少研究，可是现在人们已积累了大量的研究材料。工业界对人类行为的知识往往被心理学家、精神病学家以及行为科学家所忽视。造成这一现象的主要原因看来是我们这个社会的高度专业化。心理学家研究的是其他心理学家的东西，精神病学家也只研究精神病学。社会学家也只提出他们自己的论据。跨学科的交流一直很少。另一个原因是，工业界收集的大部分材料不符合科学方法论这些苛刻的专业化要求，它们中的绝大部分属于马斯洛所说的原始知识。

从 1927 年到 1932 年，哈佛大学企业管理研究生院的埃尔顿·梅奥在芝加哥西方电器公司霍桑工厂进行了目前已成了经典实验的动机实验。这家工厂的实验是以工程师们试图改变照明度以提高妇女电器装配工的生产力而开始的。工程师们吃惊地发现在进行实验的装配车间里，不管照明度是提高、降低、还是保持原状，产量都会上升。这个时候他们叫来了梅奥和他的同事们。他们通过调整休息期及工作日的长度

来继续他们的实验。然而不管他们怎么做，产量还是上升了。这些研究者们就这样偶然地发现了一条重要的动机原理。梅奥这样叙述道："当重要的实验性变化发生时，负责人就力图保持人的稳定，……其办法就是去赢得工人们的合作。而实际的结果就是：六个人成了一个小组，这个小组全心全意地、自发地对实验给予合作。"

事实上，埃尔顿·梅奥1923年在费城纺织厂进行另一项实验时就发现了同样的现象。当时他正试图搞清在一个工作枯燥、难度大的车间里补缺工人人数过高的原因。他认为问题是工作枯燥，于是就采用了一系列的工间休息。他邀请工人们参加这个实验并帮助制定工作时间表，结果很成功。补缺工人人数降到了与其他车间相当的水平，产量也突然增加了。大家的工作劲头明显提高。梅奥十分正确地道破了其中的奥秘：那就是让雇员们也参加通常只是负责人才能参加的决策过程。

索尔·W.盖勒曼在《动机与生产力》(Motivation and Productivity)一书中谈到了这个问题："这一组雇员成了管理人员的合作者而不是对立者。梅奥就是这样偶然发现了后来被称为人际关系理论之基石的东西。"

人际关系理论的实验一开始没有受到管理人员的广泛注意，因为经理大多数是"务实"的人，对理论不感兴趣。只是最近几年来，在亚伯拉罕·马斯洛及一批新的经营管理顾问的鼓励下，劳资两方共同参加管理的方法才渐渐被人接受。

盖勒曼写道："他（梅奥）从这些研究中得出的理论指出，工人们常会聚集在一起形成非正式的小组来填补他们生活中的空虚，而这种空虚感来自人们被现代工业所忽视了的那种

对合作和同志般关系的基本需要。更有甚者，这些非正式的小组对工人的推动力比金钱、纪律、甚至职业保证这三者加起来的力量还大。"梅奥建议工厂寻找擅长人际关系、对同事有一种自然的尊重的人来当管理人员。但他同时也相信管理人员在人际关系方面的技巧——如交流思想、倾听发言、理解他人等等——都是可以训练出来的。

麻省理工学院管理学教授、安第奥奇学院前校长道格拉斯·麦格雷戈于1960年发表了《企业的人性》一书。该书的主题思想直接发源于马斯洛关于人类动机的新理论。麦格雷戈说："近年来……人们对有关动机的几个基本思想有了较集中的研究结果，这些基本思想也越来越为人们所接受。这些思想显示出强有力的生命力……它们为一种全新的企业管理理论奠定了基础。"麦格雷戈进而总结了马斯洛的阶梯式的基本需要。他认为大多数企业都忽视了这些人类需要，它们正按一种过时了的、他所称的X理论行事。他提出如果管理人员理解并考虑了人的动机这一因素，那么工厂就会增产，工人的干劲就会提高。他把他的方法叫作Y理论管理法。那是一种给工人以更大自由、同时也给工人以更大责任的管理哲学。这是一种考虑了马斯洛博士所说的基本需要的经营方式。

麦格雷戈写道："来源于X理论的关于组织机构的中心原则，就是通过行使权力来指挥和管理……而来源于Y理论的中心原则则是一种一体化的原则，即创造良好的条件使一个组织的成员能通过为企业成功而努力来最好地实现他们各自的目的。

"我们完全可以预料当人们在工作中被剥夺了满足他们

重要的需要的机会时，他们会作出什么表现——懒惰、消极、不负责、抵制任何变化、追随鼓惑人心者、提出不合理的经济要求。"

虽然麦格雷戈的思想并没有为企业界立即接受，但今天越来越多的人意识到他的思想是有价值的。企业管理的一些优秀研究者认为，他的研究对理解作为专业的企业管理是至关重要的。

哈伍德服装公司是东部一家生产男睡衣的公司。董事长艾尔弗雷德·J.马罗曾在纽约大学获心理学博士学位，是动机理论在工业界的倡导者之一。哈伍德公司在马罗的领导下一直十分成功。马罗在谈起公司的管理哲学时说："哈伍德公司的管理人员深信，当雇员们感到他们的需要受到了既保持了他们的自尊又引起了他们的责任感的考虑时，他们就会把工作做得很出色。他们作为雇员'参加了进来'。他们不再感到'受雇者'一词所含有的那种侮辱成分。"哈伍德公司从1939年起就一直在试验有效的人际关系，并由库尔特·卢因教授担任企业管理顾问。四十年代末期，哈伍德的一家工厂在设备和经营方法上作了一些更改。这些改变需要一批新的工人转移到新的或不同的部门去。结果引起了表现为抱怨、辞职、低产以及对管理人员挑衅的抵抗和憎恨。于是，管理人员决定试用其它方法来进行这些必要的工作调整。在卢因的帮助下，雇员们被编入了类似的三组。

他们召集第一组人员开会，告诉他们新的职责和工作方法。监督人员在作了详细解释后让雇员有机会就刚才所说的话提问。

第二组人员被允许选出代表与管理人员一起工作，研究问题，并制定新的工作方法和程序。小组代表先与管理人员碰头听取问题的详细情况，然后向其他工人解释这个问题，再把工人的观点与建议带给管理人员。在帮助制定了必要的决定后，这些代表再把定下的计划向他们的伙伴解释清楚。

在第三组，所有工人都应邀同管理人员一起决定必要的工作方法和程序。

三个小组的生产结果如下：在进行更改后，第一组的产量下降了百分之三十五，而且整整一个月没有回升。工人干劲很差，憎恨管理人员的现象十分明显。百分之九的工人两星期内就辞职不干了，其他一部分人抱怨工资太低（做睡衣的工人月薪是由最低工资比率加上计件奖金）。第二组的工人很快就适应了变化，工作热情良好。十四天后小组的生产率达到了标准水平。到月底，产量高于变化前的产量，并且没有人辞职。同一位经理，在第一组受到了很多批评，在第二组却得到了工人的合作。采用了工人-经理充分参与的方法的第三组又比前两组成功得多：改变后的第二天，工人就把产量恢复到原来水平，而且产量开始不断提高，直到比以前高出百分之十四；工人干劲异常高，他们象一个球队似地齐心工作，没有一个人辞职。第一组的情况太糟，以致在六星期内就解体了。于是，又把他们重新组织起来，交给他们新的工作。这一次改用了工人充分参与的方法。同一批工人在第一组时是那么对立和不合作，现在却很快就适应了新工作。马罗博士说："这个实验证明现代企业的成功要靠鼓励企业的工人去承担责任，共同工作，最大限度地发挥干劲以使他们自己受惠。"

韦尔登服装公司是一个由X理论管理转变到Y理论管理的企业的极好例子。这一管理哲学上的转化被仔细地记录了下来。进行这一记录的不是一名，而是好几名对科学程序很有造诣的观察者。

四十年代初韦尔登公司是美国发展最快的生产优质睡衣的厂商之一。第二次世界大战结束时，这家公司已成了本行业的带头者。它一直以稳定的速度发展着，到 1955 年雇员已达三千五百人。但韦尔登的两位经营者仍用最初的经营方法来管理公司，一切主要决策由他们自已说了算。这种独裁的经营风格虽在早年行之有效，但现在却导致了公司的衰落。一个合伙人主管销售，另一个合伙人主管生产。两个人都雄心勃勃，自我奋斗。他们遇事自己决定，很少与他人商量。两人都不善于委派他人办事，或与他人交流计划和目标。结果，决策过程高度集中化。而由于领导方式的不灵活，韦尔登公司开始失去往日的盛况。它的雇员慢慢降低到一千人，到 1962 年终于被它的主要竞争对手哈伍德公司吞并。

这两家公司在许多方面都有相似之处。它们都是生产睡衣的厂家，虽然顾客不同，但都使用同样的生产方式和机器，而且雇员也都在一千人左右。但哈伍德公司使用的是最先进的专业领导方法——劳资参与经营法，因而哈伍德的赢利是其投资的百分之十七，而韦尔登公司每年却要亏本百分之十五。韦尔登的新主人发现该公司的经营方式官僚、专制而不灵活，结果使雇员失去热情，对经理人员仇视、怀疑。补缺工人人数与旷工人数格外地高，而产量却很低，质量也很差。

哈伍德公司的经理推行了一个计划来改变威尔顿的经营哲学。他们从密歇根大学利克特博士领导下的社会研究所聘

请了鲍尔斯和西肖尔两位博士和其他一些管理顾问来协助执行这项计划。社会研究所的专家们把刚被接管时的韦尔登公司的情况以及其后的整个变化过程都记录在案。他们还测量、分析了雇员在整个改革中的态度、表现以及合作情况。

一开始两个公司雇员的态度相当不同。韦尔登公司几乎有一半雇员想辞职，而哈伍德公司想辞职的人数为百分之十七。韦尔登公司平均每月补缺工人人数为百分之十，比哈伍德公司的百分之零点七五这个数字高出十二倍。韦尔登的旷工率为百分之六，比哈伍德公司高出一倍。

第一步改革是技术方面的。韦尔登公司部分设备已经陈旧，几乎所有设备都保养不良，在这方面的投资甚少。新主人希望这些技术改造能大大提高产量。然而，尽管作了重大的技术改进，工人的产量和干劲仍很低。很明显，韦尔登公司雇员们的恐惧和怀疑心理严重妨碍了产量的增长。

接着公司又实行了改变经理和工人的工作方法与态度的方案。原来的两个合伙人一个辞职了，另一个不久也放弃原职，只经管销售。哈伍德公司让韦尔登公司原来的经理和工人几乎都留了下来。他们十分艰难、缓慢地向韦尔登公司的经理传授了参与经营法，这是与他们原先习惯的方法完全背道而驰的。现在经理们执行的是集体管理，而不是象过去那样从上司那里得命令，并按上司的意图不假思索地努力执行，并以同样的方式向下级传达命令。现在是由经理小组共同工作，并协调各部门的活动来作决定。每一个经理都有了比以往任何时候都大的权力，但同时也有了更大的责任。与过去一味自上而下的命令方式相反，现在有了自上而下、自下而上以及横向的交流。过去人们的积极性由于上级从不听取他们

的意见而被挫伤，现在他们有机会运用他们在工作中获得的第一手知识了。从韦尔登公司工厂经理开始，公司管理人员自上而下普遍接受了敏感训练。这些训练班在工厂外举行，每期四天，参加者往往是一起工作的人员。教员们嘱咐参加者要培养更大的责任心，并与同事进行充分的交流。许多人发现，这是一次很有意义的经历，它增进了他们对自己和对他人的理解，并增强了作为管理人员的信心。经过敏感训练后，经理们被邀请来评论一下效果。以下就是其中的一部分非常典型的评论：

"我感到工作轻松多了……事情也不象以前那样令人心烦意乱……我干的活比以前多……在进行敏感训练以前我的溃疡病时常发作……从那以后，我再也没有犯过病。""我把全部精力都放在工作上了，而不是一边工作，一边为其它事情操心。我不再感到有人在监视我，有意给我制造麻烦。""我的威信比以前大多了，我的下属也有了些变化……我猜想这是由于我改变了对他们的态度，他们也改变了对我的看法。"

工人们也注意到了他们的上司的明显变化。一个雇员说："他们的变化太大了。他们对一切都有了新态度。特别是我的老板，即使出了什么差错，他也显得很平静。而以前，即使一切正常，他也会大发雷霆。"另一个雇员说："现在我们更容易跟他们交谈了。以前总是跟他们谈僵。他们老是发火或挖苦我。现在他们显得十分心平气和，不象以往那样常常动怒。"

除了在厂外的训练外，顾问们还直接去工厂，帮助促进工头与雇员间的关系。在较高层采用的那种参与性的解决问题方式，现在同样在激励着最底层。但所希望的变化来得既快又易，雇员们还不习惯于参与磋商或提出有关改善工序的建

议。管理部门已习惯于不预先通知就把雇员从一个职位调到另一个职位，从一个部门调到另一个部门。临时解雇与其说是例外，倒不如说是常规。

工人们逐渐开始喜欢这种新的空气了。“多么可喜的变化！这是韦尔登公司从未有过的。现在你有机会告诉他们你在想什么，你感到你也是公司的一分子，而过去他们要你怎么做你就得怎么做。”“这是一个真正的变化——我是说让我们有机会来表达自己。以前要是你遇上麻烦并向他们说了，他们一点也不会重视，而且马上就忘了。”

韦尔登公司花了三年时间完成了这些主要改变。密歇根大学的科学家们所记载的结果是颇令人难忘的。投资资本的赢利从前是负百分之十五，现在则上升到正百分之十七。生产效率按同行业标准计算，从百分之八十九上升到百分之一百十四。补缺工人所占的比例从每月的百分之十降到了百分之四，这表明了工人精神面貌的改善。旷工率也降到原先的一半。曾经十分严重的次品生产和边料损失经过这些变化也有了改观，均下降了百分之三十九。买主退货率也下降了百分之五十七。韦尔登公司所发生的一切，生动地表明了良好的人际关系的重要性。这种关于人的行为的看法与马斯洛第三思潮的理论有着密切的关系。

1969年中期，即韦尔登公司完成体制改革后的四年，曾观察、记录了这场改革的鲍尔斯和西肖尔两位博士又着手调查了早期的成功之处是否还保持着。他们调查了雇员的工作态度。下表总结了1969年雇员的反应，并把这个反应同1962年改革前作的调查以及1964年改革结束后作的调查作了比较。西肖博士写道：“总的来说，以前那些雇员态度中有利的变化

被保持了下来，并有了进一步的改善。调查中的九项内容中有七项说明了这一点。”

韦尔登工厂工人态度方面的变化统计表

	1962年 %	1964年 %	1969年 %
本公司比大多数其它公司好	22	28	36
满意自己的工作	77	84	91
对工资体系满意	22	27	28
公司试图维持收益	26	44	41
对上司满意	64	54	54
对同事满意	85	86	85
小组团结	25	25	30
打算无限期留在公司	72	87	66
期望将来能改善环境	23	31	43

1964年到1969年间该企业的赢利继续增长。密歇根大学的科学家们总结说，他们的分析的总结果表明，韦尔登工厂采用的新方法呈现出稳定的趋势。他们报告说：“韦尔登公司近年来不仅没有回到原来的状况中去，而且还向1962年时企业主和经理们所期望的组织化目标大大迈进了……”

伦西斯·利克特博士是密歇根大学社会研究所主任。这个研究所是美国最大的行为科学研究机构之一。1947年以来，研究所在组织管理领域里对各种工业、医院、政府、甚至妇女协会进行了广泛的研究。这一涉及了成千上万名雇员和上司的研究，揭示了高效率经理与低效率生产单位之间的无例外的区别。这次研究发现，高效生产者单位是利克特所说的“雇员中心型”的，而低效经理则是“工作中心型”的。利克特声称：“那些生产记录较差的单位的头头，往往拚命使雇员用某

一特定的方法以某一特定的速度去完成某一特定的任务……而表现最出色的上司则首先把注意力放在他们的下司作为活生生的人所具有的问题上，放在努力组织有远大目标的、卓有成效的工作集体上。”“工作中心型”的上司并不真正理解下属，也不知道如何调动他们的积极性。有位上司持有这样的观点：“对个人感兴趣的做法十分正确，但对我来说是一种奢侈。我不得不为了生产而继续施加压力。只有当生产上去了，我才能有时间去对我的雇员和他们的问题发生兴趣。”

相反，高效率经理的态度是这样的：“我们能达到高水平生产的一个方法就是让人们放手工作，只要他们达到目标。我相信应该给他们留出一些时间来摆脱一下单调、枯燥的工作；应该让他们意识到他们与众不同，不是一般的雇员。事实上，我对他们说，如果你觉得不能胜任时就休息几分钟……如果你不让雇员觉得老是有人在催他们，那他们自会努力在规定时间内完成工作……只要人们熟悉自己的工作，我认为应该让他们自己拿主意。我相信下放决策权的做法。”

高效率的经理信任并尊重工人。由于他们长于人际关系，他们从自己的工人那里得到更大的合作和生产力。能动性更高的工人能得到更大的自由、尊重和关心。他们更广泛地参与决策，成了热情洋溢、高度配合的集体中的一员。利克特博士在《管理的新模式》(New Patterns of Management)一书(1961年)中对自己的研究有详尽的描述。

克里斯·阿吉里斯博士是耶鲁大学的管理科学教授。他收集了大量资料，为马斯洛第三思潮理论提供了论据。阿吉里斯说：“正是对相对健康的个人的研究，导致了对人的责任和

义务的重新强调……越来越多的心理学家相信自我尊重、自我接受和心理成功是构成我们社会中个人精神健康的主要因素。如果我们能更好地理解如何促进个人心理胜利，我们相信这将对个人心理健康有所贡献。"

一家电子公司的总裁曾质问阿吉里斯博士，要他证明他关于一般工人只在公司工作上用了全部潜力的三分之一的论点。阿吉里斯进行了为期一年的实验。他给十二名电器装配女工以一定责任，让她们自己安装一个电器单元。他并没让效率专家去告诉工人如何工作，而是让她们自己找出方法。另外，十二位姑娘中每人都要检查装配好了的单元，在上面签名，并处理有关信件和顾客意见。

试验的头一个月并不令人鼓舞。产量比用传统流水作业法工作时下降了百分之三十，工人们的情绪也相当低沉。第八个星期结束时，生产开始上升了。到了第十五周，产量达到了从未有过的高度，而且检查、包装、管理和操作的费用全都降低了。一年结束时，生产继续以比流水作业法更快的速度增长。返工费用下降了百分之九十四，而用户批评从原来的百分之七十五降到现在的百分之三。

试验结束后，那位不愿透露姓名的总裁终于为试验的结果所折服，并开始在他的公司里全面推广这种方法。当那十二名女工重返常规的装配线时，三个人因为责任的减少而感到宽慰，而另外九人却发现很难再适应旧的机械方法。她们怀念高度自由和责任的挑战。

阿吉里斯博士写道："大多数雇员的生理需要早就得到了满足，于是现在工人就企图满足更高一个层次的需要，即对安全和稳定的需要。当这些需要又得到相对满足时，工人则

转向他的最高需要：创造力与自我完善。正因为美国在帮助雇员满足生理和安全需要方面走得较远，所以调节工业结构来满足雇员更高需要的任务也就更为迫切。具有讽刺意味的是，这个问题对经理和管理人员来说，与它对生产工人来说，一样迫切。"

阿吉里斯引用了一项由十家第一流公司一百六十五名高级行政官员参加的研究。其中百分之九十五的人认为"责任心、担风险和信任感是建立一支高级管理队伍的决定因素"。他们考虑了经理同对他们来说最重要的人们相处的技巧后发现，这些经理们的实际管理能力与他们自以为的能力有相当距离。阿吉里斯说："经理们作为一个集体来说，这方面的能力是相对较低的。此外，部长、教授、建筑师、医生、甚至外交官也面临着和商人一样的问题——也许还严重些。"阿吉里斯还引用了一项涉及十四个国家的五千名经理的国际性研究。这项研究表明，绝大多数经理们认为应给人以尊敬、尊严以及尽量多的责任。但这些经理们却不明白应怎样来做到这一点。

非线性系统公司的经理们从 1960 年起就开始运用马斯洛的基本需要理论。马斯洛在 1962 年夏季曾在此公司进行研究。这个公司还启发他写了《尤赛琴管理》一书。制造数字仪表的非线性系统公司要同大约三十家公司进行激烈竞争。公司的总裁和最大股东安德鲁·凯在阅读了马斯洛、利克特、麦格雷戈和德鲁克等人的著作后形成了对他的公司的一些设想。他决定放弃多年来企业经理们对人性的那些成见，并全面尝试他的新设想。凯放弃了流水线作业法，把工人分成三至九人的小组。小组成员有很大的独立性。他们学会了从校

对到测试的整个过程。凯说道："把质量的责任下放到了我们觉得应该下放到的地方——即下放到生产仪器的个人身上……我们认为企业管理基本上应是教育与训练，而不是指导与管制。我们控制的是生产过程，而不是人。"公司选择了小组工作法是因为它能满足人性的需要。非线性系统公司的副总裁阿瑟·库里洛夫说："小组能满足合群感、联系感和归属感等人类的需要。"

计时器和喝咖啡休息的规定时间都被取消了。只要方便，工人就可以随时休息。推销员不再必须提交详细的开支清单。公司给了他们一笔合理的费用，他们可以见机行事，并把剩下的钱放入自己的腰包。他们同时要为自己的工作结果负责。给予更大的自由和责任的哲学在整个公司机构中得到了推行。万斯·帕卡德在为《读者文摘》杂志撰文描写非线性系统公司时写道："安德鲁·凯把他的公司的命运寄托于这么一种信念之上：一般人有着巨大的发展潜力，一旦给他们以重要责任，他们会有更好的表现。"

西方行为科学学院主席理查德·法森观察到，这种实验的第一个结果就是士气空前高涨，却把生产搅得一片混乱。三个月后生产才能恢复到采用流水线生产方式时的那个水平。但不到三年，公司的销售额就增加了一倍。人均生产力约上升了百分之三十。而缺补工人数则下降到了全国水平的四分之一。顾客批评也减少了百分之七十。一个没有想到的收益就是公司的灵活性。要生产新的型号曾需要八至十个星期，而现在只需要两至三个星期就够了。

美国企业管理学会是全国最大的管理协会之一。这个学

会已分析过成千上万个企业机构的运行。他们对优秀企业经理的合格条件的考察十分有趣地证实了马斯洛有关自我实现的一些思想。学会主席劳埃德·马奎斯评论道："经过多年来对数千家公司的管理情况的观察和反复分析，本协会已得到一些十分重要、并值得让人知道的认识。"马奎斯先生解释道，出色的经理始终表现出对人的尊重，并能理解他人的需要。他把人的需要解释为"自尊、自我实现、最大程度的独立、承认、同意、爱、尊敬以及多于消极满足的积极满足……这些经理对人类本性和动机有很深的现实理解"。他指出，与一般的经理相比，出色的经理对道德观更为敏感，并有"作区别性判断的能力和很强烈的公平感"。关于一般的经理，他说，"他们多数人完成了大部分目标后会觉得有权松弛一下，享受一下他们的努力和能力的结果。而出色的经理完成一整套目标后又会有新的更高的目标，并为之不断努力。这种人的更大乐趣在于努力达到目标，而不是达到目标本身。对他们来说，过去的成就永远不会象现在和未来的成就那样令人满足。这些人即使到了相当大的年纪也能永葆青春和热情。成功的过程使他们兴奋不已。"

1969年的一份企业调查表明，第三思潮心理学在工业中的影响已越来越大。这项调查是一个有企业界资助的全国工业会议董事会的研究机构负责进行的。这项研究对二十一个部类的北美公司进行了抽查。对调查作出回答的三百零二家公司中有二百四十一家（或百分之八）公司表示对行为科学有某种程度的兴趣。调查报告写道："绝大多数公司都说行为科学提供了有关企业管理的崭新而又有价值的见解，并有助于提高生产力和赢利。但这些公司也说还需要作进一步的研究。"

当这些公司被问到对它们影响最大的行为科学家时，这些公司列举了大约二百零二个名字。但得到五十家公司以上提名的科学家只有六名。他们是：道格拉斯·麦格雷戈（一百三十四票）；弗雷德里克·赫兹伯格（九十六票）；伦西斯·利克特（八十八票）；克里斯·阿吉里斯（八十五票）；亚伯拉罕·马斯洛（五十四票）以及发展了方格管理过程的罗伯特·布莱克和简·穆顿（五十二票）。在前四名中，除了赫兹伯格外，其余三人都已承认马斯洛的第三思潮理论以及这一理论与他们自己的研究之间的关系。